Postal Registration
No. MNW/318/2020-2022

हिंदी मासिक पत्रिका ISSN No. : 2582-4694 MAHHIN/2015/67048

मुस्कान

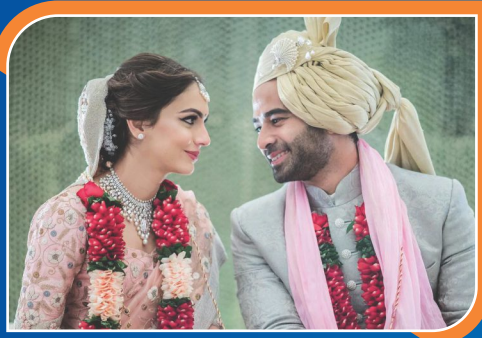
...एक एहसास

मुंबई : जुलाई, 2021

- वर्ष : 7
- अंक : 5
- मूल्य : 30/-

आज के माहौल में बच्चों के साथ मजबूत करें रिश्ते

धाकड़ की शूटिंग के लिए कंगना रनौत बुडापेस्ट पहुंची



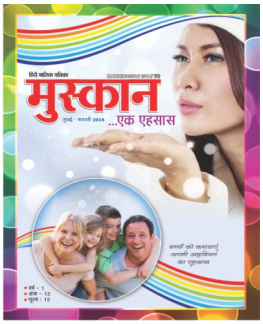
शादी की मज़बूत बुनियाद

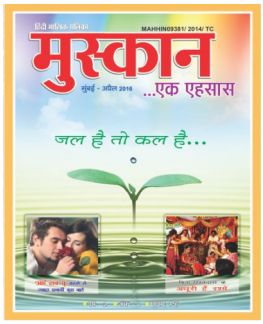
Published on 10th of every month Posting date : 11 & 12 of each month at Kandivali West PO, Mumbai - 67.
Shri Samarth CHS Ltd, D/3, Plot No. 809, Sector 8, Charkop, Kandivali, Mumbai-400067

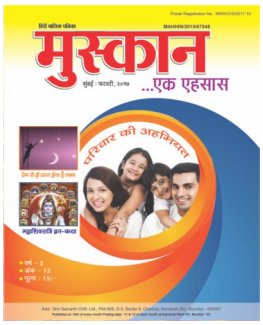
VISIT…

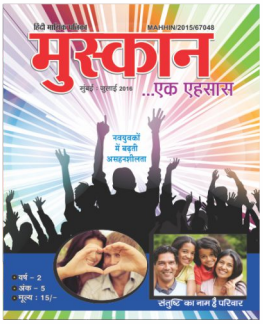
मुस्कान एक एहसास मासिक पत्रिका पूरे किए ६ वर्ष
प्रतिमाह पाठकों की सेवा में समर्पित

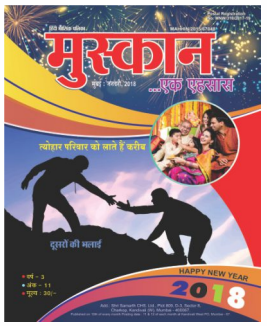
विज्ञापन दाताओं, सहयोगियों, लेखकों, कवियों के हम आभारी हैं जिनके सहयोग से यह कार्य निरंतर जारी हैं।

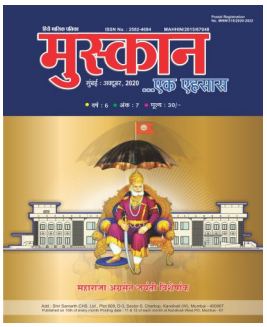


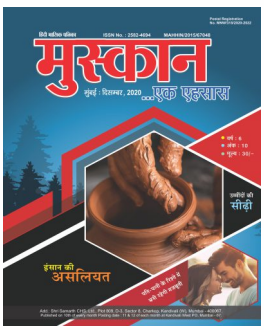












हिंदी मासिक पत्रिका

मुस्कान एक एहसास

जुलाई, 2021

• वर्ष : 7 • अंक : 5 • पृष्ठ : 32 • मूल्य : 30 रूपए

संपादक

लालबहादुर यादव "लल्लन"

मो. 9833232327

Email : muskanekehsas@gmail.com

विज्ञापन के लिए संपर्क करें।

मो. 9833232327

ई-मेल : muskanekehsas@gmail.com

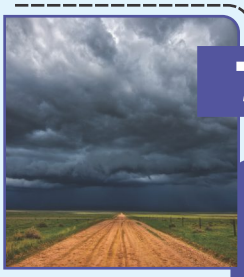
स्वामी, प्रकाशक

लालबहादुर यादव द्वारा सेक्टर 8, चारकोप, कांदिवली (प), मुंबई - 400067 से प्रकाशित एवं संजय टी. गडा, सेलेक्शन स्कैन डी प्रिंट, गणेश सोसायटी, डिसिल्वा बाग, असल्फा, घाटकोपर, मुंबई - 400084 से मुद्रित

पत्र व्यवहार का पता:

डी बी ओझोन, बिल्डिंग नं 15, फ्लैट नं. 1701, 17वीं मंजिल, दहिसर चेकनाका, वेस्टर्न एक्सप्रेस हाईवे, ठाकुर मॉल के पास, मीरारोड (पूर्व), मुंबई- 401107

5 पीएम ने दी सीएम योगी को दी बधाई



7 घुमड़ घुमड़ घिर आए रे बदरा

9 अपनी अपनी सोच

10 आज के माहौल में बच्चों के साथ मजबूत करें रिश्ते

11 शादी की मज़बूत बुनियाद

15 क्या सचमुच संक्रमण की तीसरी लहर आएगी

17 दधीचि ने धर्म को बचाने के लिए दिये अपने प्राण

18 ज्योतिष

फिल्म जगत

28 अपनी दिलकश अदाओं से बबीता जी ने जीता सबका दिल

29 गोविंदा संग रवीना एक बार फिर धमाल मचाने की तैयारी में

30 क्विज शो "द बिग पिक्चर" में रणवीर सिंह

हाय रे महँगाई!

सामान्य लोगों पर महँगाई की सबसे बड़ी मार हररोज इस्तेमाल होनेवाली वस्तुओं की कीमतें बढ़ने के कारण हुई है। चाहे आप सब्जी लें, दूध खरीदें, खाद्य तेल हो तथा अनाज हो सबकी कीमतें लगातार बढ़ती जा रही हैं। जबकि इनके उत्पादन में कोई कमी नहीं देखी गई है। किसान अलग से अपना रोना रो रहे हैं कि उनके अनाज व सब्जियाँ बाजार नहीं पहुँच पा रही है और सड़कों के किनारे फेकने पर मजबूर हैं। जो सरकार महँगाई को लेकर हमेशा से रुलिंग पार्टी के खिलाफ खड़ी रहती थी आज वे जब सत्ता में हैं जो इस ओर क्यों ध्यान नहीं दे रहे हैं।

आज लोग सिर्फ गरीबों और अमीरों की बातें करते हैं लेकिन जो मध्यम परिवार है जिसकी आवादी सबसे ज्यादा है उसके बारे में कोई नहीं सोच रहा है। न तो उसे किसी तरह की छूट मिल पा रही है, न ही वह सरकार की नीतियों का फायदा उठा पा रहा है।

पिछले दो वर्षों से मध्यम परिवारों की कमाई पूरी तरह से ध्वस्त है। वेतन में भी कोई इजाफा नहीं हुआ है। प्राइवेट नौकरी वालों की हालत तो ऐसी है कि वह न तो रो पाता है और न हँस पाता है। ताजे आँकड़े के मुताबिक थोक महँगाई दर करीब 14 प्रतिशत बढ़ गई है। ऐसी कोई वस्तु नहीं है जिसकी कीमतें कम हुई हों। इस कोरोना महामारी में लोगों की लगातार कमाई कम होती जा रही है और बढ़ती महँगाई उनकी कमर तोड़ दी है।

देश भर में डीजल-पेट्रोल व रसोई गैस की कीमतों में बढ़ोत्तरी का असर अनेक स्तरों पर पड़ता है। लगातार बढ़ती इस महँगाई का जिम्मेदार हम किसे ठहराएँ समझ में नहीं आता है।

सामान्य वर्ग सब्जियाँ खरीदना चाहे तो जेब में हाथ डालते ही मन मसोरकर रह जाता है। फल तो उसके लिए सपना होता जा रहा है। कपड़े खरीदने के बारे में तो छोड़िए अपने बच्चों की स्कूल की फीस व कॉपी किताबों के बारे में सोचकर ही उसका दिल धड़कने लगता है।

दैनिक जीचों की आपूर्ति के लिए संघर्ष करना पड़ रहा है। इस पर महँगाई की मार ने उन्हें बेहाल कर दिया है। जिन छोटे-मोटे कारोबारियों, दिहाड़ी मजदूरी करनेवालों ने जैसे-तैसे फिर से जिंदगी को पटरी पर लौटाने का साहस जुटाया है, उन्हें भी बेहतरी की कोई सूरत नजर नहीं आ रही है।

एक दिन रास्ते में जाते समय एक प्राइवेट स्कूल में नौकरी करनेवाले शिक्षक से मुलाकात हो गई। पैदल करीब 4 किलो मीटर की दूरी तय करता हुआ चला आ रहा था। एकादबार पहले उससे मुलाकात हो चुकी थी, पूछा "सर कैसे हैं आप?" चेहरे पर बेरुखी हँसी देखकर दिल धड़कने लगा। जानने की इच्छा से पूछा घर में सब ठीक तो है न। आँखों में ऑसू डबडबा गए, भारी मन से बताया माँ की तबियत खराब है हॉस्पिटल से आ रहा हूँ। मैंने पूछा पैदल! बोले भाई क्या करुँ 2 साल से स्कूल बंद है। मैनेजमेंट वाले कहते हैं बच्चों ने फीस भरी नहीं तो सेलरी कहाँ से दूँ, कहीं दूसरी नौकरी मिलती हो तो देख लो। 14 साल से बच्चों को पढ़ा रहा हूँ ऑन लाईन क्लास चालू है, घर की हालत ठीक नहीं है फिर भी बच्चों के सामने हँसकर उन्हें जिंदगी के पाठ पढ़ाने की कोशिश में लगा हूँ। मैंने पूछा सर आपकी स्कूटर ! उदास मन से बोले पेट्रोल के पैसे नहीं थे और माँ के इलाज के लिए बेच दिए। सुनकर मन भर आया।

ऐसी स्थिति करोड़ शिक्षकों की है जिनपर देश के भविष्य को सँवारने की जिम्मेदारी है। परंतु उनकी ओर किसी का ध्यान ही नहीं जाता। फिर भी वह अपनी जिम्मेदारी बखूबी निभाता हुआ हर परिस्थिति से निपटने के लिए बच्चों को तैयार करने में जुटा रहता है।

कभी ऐसे सुनने में नहीं आया कि सरकार ने कभी प्राइवेट संस्थाओं में काम करने वाले को कोई पैकेज दिया हो। जो भी मंत्री व प्रधानमंत्री बनता है उसे अपने शिक्षक/ शिक्षिका का ख्याल आता है सिर्फ एक दिन के लिए, उसके बाद वह भी भूल जाता है। क्या ऐसा कोई तरीका नहीं हो सकता की शिक्षकों को खरीददारी में कुछ छूट मिले। अस्पतालों के बिलों में थोड़ा कन्सेशन मिले।

महँगाई के मुद्दे पर सरकारों को सोचना चाहिए, जितना पैसा अपने किए हुए कार्यों की एडवरटाइजिंग में लगाते हैं उससे करोड़ों मध्यम परिवारों को फायदा पहुँचाया जा सकता है।

एल.एस.यादव "लल्लन"
संपादक

नम्र निवेदन

प्रिय पाठकों व शुभचिंतकों

मुस्कान प्रतिमाह आप तक पहुँचाने की भरसक कोशिश होती है। लॉकडाउन के कारण थोड़ी बहुत परेशानियाँ जरुर हैं। जैसे कुरियर व पोस्ट की सेवाएँ थोड़ा बाधित होना। अब धीरे-धीरे सामान्य होने लगा है। इस माह हम आप तक मुस्कान की फिसिकल प्रति पहुँचाने की कोशिश करेंगे। यदि आप तक किसी कारणवश न पहुँचे तो कृपया अन्यथा न लीजिएगा।

सभी पाठकों व शुभचिंतकों से निवेदन है कि वे पत्रिका के सदस्य बने व यथा संभव सहयोग व एडवर्टाइज देने की कृपा करें।

- संपादक

MAHHIN/2015/67048

मुस्कान हिंदी मासिक पत्रिका ...एक एहसास

पत्रिका का सदस्य बने

वार्षिक : रु. 501/- (डाक सहित)

त्रैवार्षिक : रु. 1,500/- (डाक सहित)

पंचवर्षीय : रु. 2,100/- (डाकसहित)

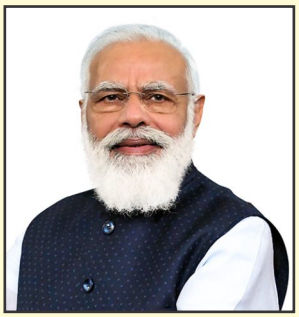
आजीवन : रु. 5,100/- (डाक सहित)

अपना सदस्यता शुल्क कृपया इस बैंक खाते में भेजें :

Name : Muskan Ek Ehsas
Bank Details : Union Bank of India, Kandivali West Branch, Mumbai
Current A/C No. : 358201010050618
IFS Code : UBIN0535826

पीएम ने दी सीएम योगी को दी बधाई

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने उत्तरप्रदेश जिला पंचायत के चुनाव में शानदार प्रदर्शन का श्रेय मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ और भाजपा कार्यकर्ताओं के परिश्रम को दिया और कहा कि यह विजय विकास, जनसेवा और कानून के राज के लिए जनता का आशीर्वाद है।



उन्होंने ट्वीट कर कहा कि युपी जिला पंचायत चुनाव में भाजपा की शानदार विजय विकास, जनसेवा और कानून के राज के लिए जनता जनार्दन का दिया हुआ आशीर्वाद है। उन्होंने कहा कि इसका श्रेय मुख्यमंत्री योगी जी की नीतियों और पार्टी कार्यकर्ताओं के अथक परिश्रम को जाता है। यूपी सरकार और भाजपा संगठन को इसके लिए हार्दिक बधाई। उत्तरप्रदेश जिला पंचायत अध्यक्षों की ७५ में से ६७ सीटों पर भाजपा समर्थित उम्मीदवार विजयी हुए हैं।

भाजपा अध्यक्ष जेपी नड्डा ने ट्वीट कर कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जी के मार्गदर्शन में राज्य सरकार लगातार सबके विकास के लिए काम रही है। यह जीत भाजपा की नीतियों पर जनता के विश्वास का प्रतीक है।

उन्होंने एक अन्य ट्वीट में कहा कि जिला पंचायत चुनावों के परिणाम से स्पष्ट संदेश हैं कि उत्तर प्रदेश की जनता भाजपा के विकास और सुशासन के एजेंडे के साथ है।

पुष्कर सिंह धामी, बने उत्तराखंड के सबसे युवा मुख्यमंत्री

विधानसभा चुनावों से कुछ ही महीने उत्तराखंड में नाटकीय घटनाक्रम में युवा भाजपा विधायक पुष्कर सिंह धामी को प्रदेश का नया मुख्यमंत्री चुन लिया गया। उधमसिंह नगर जिले के खटीमा से २ बार के भाजपा विधायक ४५ वर्षीय पुष्कर सिंह धामी उत्तराखंड के अब तक के सबसे युवा मुख्यमंत्री होंगे। धामी प्रदेश के ११वें मुख्यमंत्री के रूप में शपथ लिए। वे तीरथ सिंह रावत की जगह लेंगे जिन्होंने चार महीने से भी कम के अपने कार्यकाल के बाद प्रदेश में उपजे संवैधानिक संकट के कारण २ जुलाई को देर रात पद से इस्तीफा दे दिया था।

यहां राज्य भाजपा मुख्यालय में पर्यवेक्षक और केंद्रीय कृषि मंत्री नरेंद्र सिंह तोमर, पार्टी मामलों के प्रभारी दुष्यंत कुमार गौतम और निवर्तमान मुख्यमंत्री तीरथ सिंह रावत की मौजूदगी में हुई पार्टी विधायक दल की बैठक में धामी का नाम सर्वसम्मति से तय हुआ।

विधायक दल की बैठक के बाद तोमर ने बताया कि धामी के नाम का प्रस्ताव निवर्तमान मुख्यमंत्री तीरथ सिंह और प्रदेश पार्टी अध्यक्ष मदन कौशिक ने रखा जिसका अनुमोदन पूर्व मुख्यमंत्री त्रिवेंद्र सिंह रावत सहित कई विधायकों ने किया। उन्होंने बताया कि बैठक में धामी के अलावा किसी और के नाम का प्रस्ताव नहीं रखा गया जिसके बाद उन्हें विधायक दल का नेता चुन लिया गया।

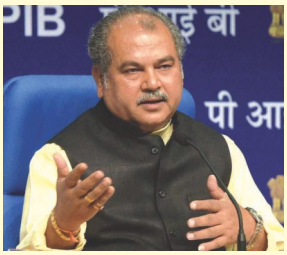
शिवाजी से संबद्ध किलों का होगा संरक्षण, महाराष्ट्र सरकार ने बनाई समिति

मराठा शासक छत्रपति शिवाजी महाराज के जीवन और काल से जुड़े ६ किलों का महाराष्ट्र के मुख्यमंत्री उद्धव ठाकरे के नेतृत्व वाली एक समिति की देखरेख में संरक्षण किया जाएगा। गुरुवार को जारी की गई एक सरकारी अधिसूचना के अनुसार इस संरक्षण कार्यक्रम को लागू करने के लिए मुख्यमंत्री की अध्यक्षता में २४ सदस्यीय एक समिति बनाई गई है, जिसमें मंत्री, कलाकार एवं विशेषज्ञ शामिल हैं।

संरक्षण के लिए चुने गए किले पुणे जिले के शिवनेरी (जुन्नार), रायगढ़ (भोर) एवं तोरण (वेल्हे), सिंधुदुर्ग जिले के विजयदुर्ग (देवगढ़) एवं सिंधुदुर्ग (मालवन) तथा रायगढ़ जिले के सुधागढ़ (सुधागढ़) हैं। इस समिति में उपमुख्यमंत्री अजीत पवार, राजस्व मंत्री बालासाहब थोराट, संस्कृति मंत्री अमित देशमुख, पर्यटन मंत्री आदित्य ठाकरे आदि हैं। शिवाजी महाराज के वंशज और राष्ट्रपति द्वारा मनोनीत राज्यसभा सदस्य संभाजी राजे भी उसमें हैं।

अधिसूचना के अनुसार भारतीय पुरातत्व सर्वेक्षण संस्थान एवं विभिन्न सरकारी विभागों के प्रतिनिधि भी समिति का हिस्सा हैं। समिति मुख्यमंत्री सचिवालय से काम करेगी।

केंद्र के ३ नए कृषि कानून वापस नहीं होंगे- तोमर



केंद्रीय कृषि नरेंद्र सिंह तोमर ने हाल ही में कहा कि केंद्र के ३नए कृषि कानून किसानों की की जिंदगी में क्रांतिकारी बदलाव लाएंगे और इनको वापस लेने का सवाल ही नहीं है। उन्होंने कहा कि किसान युनियन इन कानूनों के अलावा किसी और प्रस्ताव को सामने लेकर आते हैं तो केंद्र सरकार बात करने के लिए तैयार है।

उन्होंने मीडिया से बात करते हुए कहा, केंद्र के नए कृषि कानून किसानों की जिंदगी में क्रांतिकारी बदलाव लाने वाले हैं और इनको ३० वर्षों की मेहनत के बाद कृषि वैज्ञानिकों व विशेषज्ञों ने तैयार किया है। इनको बनाने में केंद्र सरकार के साथ राज्य सरकारों ने भी प्रयास किए हैं। उन्होंने कहा कि इसके बाद अब प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में नए कृषि सुधार बिल लाए गए।

तोमर ने कहा कि इन नए कृषि कानूनों के समर्थन में देश के अधिकांश किसान, संगठन और यूनियनें हैं। किसान यूनियन ने कुछ आपत्ति भी जताई तो भारत सरकार ने उनसे कई बार बात भी की। उन्होंने कहा, अब भी यदि कृषि कानूनों के प्रावधानों के अलावा कुछ और प्रस्ताव लेकर किसान यूनियन के नेता आते हैं तो सरकार हमेशा बात करने के लिए तैयार है।

अखिलेश यादव से मिले आम आदमी पार्टी के सांसद राजनीति गरमाई

आम आदमी पार्टी के राज्यसभा सदस्य और उत्तरप्रदेश प्रभारी संजय सिंह ने समाजवादी पार्टी (सपा) के अध्यक्ष अखिलेश यादव से मुलाकात की। इस मुलाकात के बाद सियासी अटकलें तेज हो गई हैं। सिंह ने बातचीत में अखिलेश से मुलाकात की बात स्वीकार करते हुए कहा कि उन्होंने सपा अध्यक्ष को जन्मदिन की बधाई दी और प्रदेश के मौजूदा राजनीतिक हालात पर चर्चा की। दोनों नेताओं के बीच यह मुलाकात लखनऊ स्थित सपा के प्रदेश मुख्यालय में हुई। राज्य में विधानसभा चुनावों में चंद महीने बाकी रह गए हैं, ऐसे में आम आदमी पार्टी (आप) के प्रदेश प्रभारी की अखिलेश से मुलाकात के राजनीतिक निहितार्थ निकाले जा रहे हैं। हालांकि इस बारे में पूछे जाने पर संजय सिंह ने कुछ भी कहने से इनकार कर दिया। इस सवाल पर कि क्या आगामी विधानसभा चुनाव में समाजवादी पार्टी और आम आदमी पार्टी का गठबंधन हो सकता है, सिंह ने कहा, हम अभी इस बारे में कुछ भी नहीं कह सकते। गौरतलब है कि उत्तरप्रदेश में अगले साल की शुरुआत में विधानसभा चुनाव होने हैं। आम आदमी पार्टी राज्य के सियासी मैदान में अपने कदम जमाने की कोशिश कर रही है और विभिन्न मुद्दों पर राज्य की भाजपा नीत सरकार को घेर रही है।

कैप्टन-क्रिकेटर की सुलह का फॉर्मूला, जल्द करेगी ऐलान

पंजाब विधानसभा चुनाव से पहले कांग्रेस ने कैप्टन अमरिंदर सिंह और नवजोत सिंह सिद्धू के बीच सुलह का फॉर्मूला तैयार कर लिया है। खबरों के मुताबिक कैप्टन अमरिंदर सिंह को समझाने की कोशिश लगातार चल रही हैं, मुख्यमंत्री के रवैये और चुनावी वादों को पूरा नहीं करने से पार्टी नेतृत्व नाराज है। खबरों के मुताबिक सत्ता विरोधी लहर पर अंकुश लगाने के लिए राज्य मंत्रिमंडल में जल्द फेरबदल किया जा सकता है।

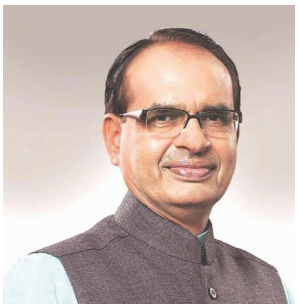
इसके साथ पार्टी प्रदेश कांग्रेस में भी बदलाव की तैयारी कर रही है। पार्टी के एक नेता ने कहा कि कैप्टन को २०० यूनिट फ्री बिजली के वादे को पूरा करने का घोषणा करने की हिदायत दी गई थी, लेकिन उन्होंने ऐसा नहीं किया जबकि दिल्ली के मुख्यमंत्री केजरीवाल ने फ्री बिजली देने की घोषणा कर दी है। नवजोत सिंह सिद्धू की कांग्रेस के पूर्व अध्यक्ष राहुल गांधी और वरिष्ठ नेता प्रियंका गांधी से मुलाकात के बाद स्पष्ट है कि उन्हें महत्वपूर्ण जिम्मेदारी सौंपी जाएगी। कैप्टन अभी तक सिद्धू को कोई जिम्मेदारी देने का विरोध करते रहे हैं। खबरों के मुताबिक कांग्रेस जल्द ही फॉर्मूले का ऐलान कर सकती है।

बिजली संकट को लेकर मायावती ने पंजाब सरकार को घेरा

पंजाब में बिजली संकट को लेकर बहुजन समाज पार्टी (बसपा) की सुप्रीमो मायावती ने पंजाब सरकार पर निशाना साधते हुए राज्य में आगामी विधानसभा चुनाव में शिरोमणि अकाली दल और बसपा गठबंधन को जिताने की अपील की। मायावती ने ट्वीट किया कि पंजाब में बिजली के गंभीर संकट से आम जनजीवन, उद्योग-धंधे व खेती-किसानी आदि बुरी तरह से प्रभावित हैं, जो यह साबित करता है कि राज्य की कांग्रेस सरकार आपसी गुटबाजी, खींचतान व टकराव आदि में उलझकर जनहित और जनकल्याण की जिम्मेदारी को तिलांजलि दे चुकी है जिसका जनता को संज्ञान लेना जरूरी है।

उन्होंने कहा कि अत: पंजाब के बेहतर भविष्य व राज्य के लोगों की भलाई इसी में निहित है कि वे कांग्रेस पार्टी की सरकार से मुक्ति पाएं तथा आगामी विधानसभा आम चुनाव में शिरोमणि अकाली दल व बसपा गठबंधन की पूर्ण बहुमत वाली लोकप्रिय सरकार बनाना सुनिश्चित करें। गौरतलब है कि आगामी विधानसभा चुनाव के लिए बसपा और शिरोमणि अकाली दल ने आपस में गठबंधन किया है।

मध्यप्रदेश में फिर बढ़ रहे कोरोना के केस



कोरोना की तीसरी लहर आएगी और प्रदेश में कोरोना के केस एक बार फिर बढ़ने लगे है इसलिए आप लोग लापरवाही नहीं करें। यह कहना है मध्यप्रदेश के मुख्यमंत्री शिवराज सिंह चौहान का। भोपाल में एक अस्पताल के लोकार्पण के मौके पर मुख्यमंत्री ने कहा कि कोरोना का संकट अभी टला नहीं है इसलिए लोग लापरवाही नहीं बरते। कोविड प्रोटोकॉल का पालन करने के साथ वैक्सीन जरुर लगवाएं क्योंकि अब वह प्रदेश में फिर लॉकडाउन की नौबत नहीं आने देना चाहत है।

शिवराज ने कहा कि प्रदेश में कोरोना के केस एक बार फिर लगातार बढ़ने लगे है। मुख्यमंत्री ने कहा कि कोरोना के डेल्टा प्लस वैरिएंट का खतरा लगातार बढ़ रहा है। दुनिया के कई देश कोरोना की तीसरी लहर और चौथी लहर की चपेट में है। वहीं दूसरी ओर प्रदेश में कोरोना के डेल्टा प्लस वैरिएंट का खतरा बढ़ता ही जा रहा है। प्रदेश में अब तक १० कोरोना संक्रमित मरीजों में डेल्टा प्लस वैरिएंट की पुष्टि हो चुकी है।

वैक्सीन की कमी को लेकर राहुल ने फिर किया सरकार पर वार

कांग्रेस के पूर्व अध्यक्ष राहुल गांधी ने कोरोना वैक्सीन की कमी को लेकर सरकार पर फिर हमला किया और ग्राफिक की मदद से समझाया कि किस तरह से १ जुलाई तक १२ दिनों में वैक्सीन की कमी की वजह से टीकाकरण का लक्ष्य हासिल नही किया जा सका। गांधी ने एक वाक्य में ट्वीट किया कि अंतर पर ध्यान दीजिए। कहां है वैक्सीन ? उन्होंने ग्राफिक के माध्यम से समझाया कि कोरोना की तीसरी आशंकित लहर का मुकाबला करने के लिए १८ जून को प्रतिदिन ६९.५ लाख वैक्सीनेशन का लक्ष्य था लेकिन १ जुलाई तक लक्ष्य से २७ प्रतिशत कम महज ५०.८ लाख लोगों का ही प्रतिदिन टीकाकरण हो पाया है। गौरतलब है कि कोरोना वैक्सीन की कमी को लेकर गांधी सरकार पर लगातार हमला कर रहे हैं जिस पर सरकार के मंत्री करारा पलटवार भी कर रहे हैं। इससे साफ है कि सरकार गांधी के सवालों से परेशान है।

घुमड़ घुमड़ घिर आए रे बदरा :-

सावन की मीठी – सी बरसात है,
सावन से त्योहारों की शुरूआत है।
नजारा बेहद कमाल लगता है,
खुदा की ये कैसी करामात है।

सावन का सुहाना मौसम सभी को भाता है। प्रकृति का अति संपन्न रूप हमें इस मौसम में देखने को मिलता है।बारिश से मन का रिश्ता बहुत गहरा है, मन का मौसम, बारिश से सबसे ज्यादा प्रभावित होता है। कभी किसी की याद सताने लगती है तो कभी खुशनुमा सा माहौल लगता है किसी शायर ने बहुत खूब कहा है-

भीगी मिट्टी की महक प्यास बढ़ा देती है
दर्द बरसात की बूँदों मे बसा करता है।

सावन के मौसम में कभी रिमझिम हल्की फुहार , तो कभी घनघोर घटाओं का खूब बरसना सारी प्रकृति धुलकर निखरी सी लगती है। प्रकृति की सुन्दरता मन मोह लेती है।सचमुच ईश्वर से बड़ा कोई चित्रकार नही है। नीले नभ में इन्द्रधनुष देखकर जितना बच्चे खुश होते हैं। उतने ही हर उम्र के लोग। ये मौसम सभी के तन- मन को ताजगी का एहसास कराता है। प्रकृति और मानव का बड़ा घनिष्ट संबंध है।मनुष्य प्रकृति का उपासक है।कवियों ने अपने काव्य में प्रकृति का मानवीकरण प्रस्तुत किया है। सावन कई त्योहारो को लेकर आता है।सावन का महिना सभी रिश्तो के लिए खास होता है जीवन साथी हो या भाई दोनों के लिए खास महत्त्व रखता है।सावन के साथ अक्सर हर कोई अपने जीवन से जुड़े खास लम्हों को याद करता है। बारिश की फुहारों को देखकर किसका मन नहीं मचल जाता होगा। पानी की बूँदों को छुकर हम बचपन के सुनहरे पलों में डूब जाते है।मिट्टी की सौंधी खूशबू से तन- मन खिल जाता है। कोई भी व्यक्ति चाहे वो किसी भी उम्र का हो उसके अन्दर एक मासूम बच्चा होता है।जो बारिश में भीगने को मचल उठता है।अगर किसी इन्सान को इस सुहाने मौसम में खुशी महसूस न हो तो इसका मतलब वो जिंदगी जी नही रहा बल्कि ढो रहा है।

हिन्दू धर्म में सावन के महीने का विशेष महत्व हैं। हिन्दू परिवारों में सावन को बेहद पवित्र और महत्वपूर्ण महीने के तौर पर देखा जाता है। महाराष्ट्र में जल स्तर को सामान्य रखने की एक अनोखी प्रथा विद्यमान है। वे सावन के महीने में समुद्र में जाकर नारियल अर्पण करते है ताकि उन्हें वर्ष भर किसी भी प्रकार से अनिष्ट का सामना न करना पड़े।

एक पौराणिक कथा धार्मिक हिन्दू दस्तावेजों में मौजूद है जिसके अनुसार समुद्र मंथन के दौरान निकले विष का पान करने से भगवान शिव के शरीर का तापमान तेज गति से बढ़ने लगा था। ऐसे में शरीर को शीतल रखने के लिए भोलेनाथ ने चंद्रमा को अपने सिर पर धारण किया और अन्य देव उन पर जल की वर्षा करने लगे।यहाँ तक कि इन्द्रेश भी यह चाहते थे कि भगवान शिव के शरीर का तापमान कम हो जाए इसलिए उन्होंने अपने तेज से मूसलाधार बारिश कर दी । इस वजह से सावन के महीने में अत्यधिक बारिश होती है, जिससे शिव प्रसन्न होते हैं।

सावन के महीने को प्रेम और प्रजनन का महीना कहा जाता है।इस माह में मछलियाँ और पशु , पक्षी सभी में गर्भाधान की संभावना होती है।किसी भी गर्भवती मादा की हत्या हिन्दू धर्म में एक पाप माना गया है इसलिए सावन के महीने में जीव को मारकर उसका सेवन नहीं किया जाता।

हमारा जीवन सृष्टि पर ही निर्भर है।बारिश के मौसम में सभी में खुशियों का संचार हो जाता है।सावन हमें सिर्फ गर्मी से ही राहत नहीं देता बल्कि यह खेती के लिए वरदान है। वर्षा ऋतु में किसान खेतों में बीज बोते हैं। अच्छी वर्षा यानि अच्छी फसल जो अगले साल भर तक सबके खाने की चिंता मिटाता है।वर्षा के कारण वातावरण में स्थिरता आती है और वायु प्रदूषण में भी कमी आती है।

हमारा देश विविधता से भरा है। यहाँ की ना सिर्फ संस्कृति परंपरा में विभिन्नता है बल्कि यहाँ का मौसम भी विभिन्नता से भरा हुआ है। प्रकृति हमें निरंतर सिखाती रहती है। मानव जीवन की सार्थकता देने में है। देने में जो कल्याणमयी उदारता है, उसी में सर्वजनहिताय का सुंदर भाव है। बारिश की तरह हम भी अपने भीतर के स्नेह, दया, क्षमा, सहयोग, परोपकार को सब पर बरसाये यही मानव धर्म हैं।

श्रीमती पूनम शिंदे
मुंबई

दुखीयानंद (लघु व्यंग्य)

मेरे शब्दकोश में जितने भी अपशब्द थे, उन शब्दों का भरपूर फायदा उठाते हुए मैंने कोरोना को जितनी गालियां दी उतनी जीवन में कभी किसी को गाली नहीं दी ।अरे मित्र "दुखीयानंद" तुम किस बात पर गुस्सा कर रहे हो "मन ही मन" में क्यों बड़बड़ा रहे हो मत पूछो दोस्त मेरे दिल पर क्या बीत रही है। इस लॉकडाउन के चलते सुबह, दोपह , शाम खाना पीना, सोना, गप्पे हाकना, घर में बैठे-बैठे मोबाइल चलाकर ज्ञानचंद बनना और ज्ञान बांटना, अरे दुखीयानंद यह तो बहुत अच्छी बात है ना कम से कम इस बहाने कुछ तो आराम हो रहा है। देखो मैं तुम्हारा दोस्त हूं, तुम्हारी बात पर मैं कोई नमक छिड़कने तो नहीं आया हूं फिर तुम क्यों गुस्सा कर रहे हो, अपने आप पर जो भी है। सब वक्त पर छोड़ दो जो होगा देखा जाएगा। अरे दोस्त मैं क्या बताऊं मेरी इस आराम वाली हरकतों से घरवाली की नजर में खटकने लग गया हूं , जैसे गांव के मुखिया जी न जाने किस-किस की आंखों में खटक रहे हैं, उनके लिए तो चारों तरफ से साम दाम दंड भेद अपनाकर विरोध पर विरोध करते दिखाई दे रहे हैं। इस लॉक डाउन की मारामारी के चलते घरवाली भी कहने लगी कि तुमने इस लॉकडाउन में इतना आराम कर रहे हो लाकडाउन खत्म होते ही शहर में कोई आलसीयों की अगर प्रतियोगिता हो तो तुम उस में प्रथम स्थान प्राप्त कर लेंगे । क्या करूं मित्र पूछो मत जो नहीं सुनना था वह भी सुनना पड़ रहा है । इस कोरोना बीमारी की मेहरबानी से घरवाली यह भी कहती है कि इतना आराम तो मैंने गोलू की डिलीवरी के समय भी नहीं किया था जो तुम इस समय कर रहे हो । अरे मित्र दुखियानंद यह तो अच्छी बात है कि कम से कम इस आराम देह वाले समय मे जीवन में एक उपलब्धि तो होगी । यार मित्र तुम मुझे समझा रहे हो या मेरे जले पर नमक छिडक रहे हो अरे दुखीयानंद जी मैं तो तुम्हारे चेहरे पर एक मधुर सी मुस्कान लाने के लिए इतनी बात कह रहा हूं ताकि तुम हंस लो और दुख के भंवर से बाहर निकल कर आ जाओ , तुम मेरी इस बात से दुखी हो गए अरे मित्र सकारात्मक हो जाओ मेरा मतलब यह नहीं था कि मैं तुम्हारा दिल दुखाऊं या तुम्हारे बात को लेकर तुम्हारे ऊपर नमक छिड़कु । घर में रहना जरूरी भी है इस समय परिस्थितियों वश जो भी प्रहार हो रहा है उसे भाभी जी की तरफ से प्यार की तरह मान लो , ठीक उसी तरह

यार करते रहे हम ठोकर खाते रहे हम । जमाने से छुपके नजर तुमसे लड़ाते रहे हम।।
जमाना चाहे जितना भी जुल्म कर ले हम पर। प्यार पाने के लिए जमाने से टकराते रहे हम ।।

अरे दुखीयानंद अब तो खुशियां चंद बन जाओ और अपने मन को बडा रखो समय और परिस्थिति को देखकर समझ गए अब मैं चलता हूं ।

प्रकाश हेमावत, टाटा नगर, रतलाम

तेंदू फल डायबिटीज कम करने में सहायक

वैद्य डॉ. अरूण शास्त्री
B.E.M.S., D.N.Y.S., A.V.V.R., G.E.M.P. (N.D.)
M. 9870033089

समर सीजन में बाजार में कई प्रकार के फल मिलते हैं। इनमें एक फल तेंदू है। यह फल बिल्कुल टमाटर की तरह दिखता है। फल भले ही आकार में छोटा दिखाई देता है, लेकिन बहुत गुणकारी होता है। इसका रंग संतरे की तरह और स्वाद खाने में मीठा होता है। हालांकि, कच्चे फल का स्वाद सुपारी की तरह कसैला होता है। देशभर में तेंदू को कई नामों से जाना जाता है। यह फल उत्तर प्रदेश और मध्य प्रदेश में जायदा उपजता है। आयुर्वेद में इस फल को औषधि का दर्जा प्राप्त है। इसमें कई औषधीय गुण पाए जाते हैं, जो कई बीमारियों में फायदेमंद होते हैं। खासकर मधुमेह यानी डायबिटीज में यह रामबाण दवा समान है। इसके सेवन से शुगर कंट्रोल में रहता है। आसान शब्दों में कहें तो तेंदू के सेवन से शुगर को कंट्रोल किया जा सकता है। कई शोधों में प्रमाणित हो चुका है कि तेंदू के सेवन से शुगर में आराम मिलता है। अगर आप डायबिटीज के मरीज हैं और शुगर कंट्रोल करना चाहते हैं, तो तेंदू का सेवन कर सकते हैं। एक शोध में दावा किया गया है कि तेंदू में एंटी डायबिटिक के गुण पाए जाते हैं। इसके सेवन से शुगर कंट्रोल में रहता है। शोध की मानें तो तेंदू में डायटरी फाइबर, फ्लेवोनॉयड्स और कैरोटीनॉयड के गुण पाए जाते हैं, जो शुगर कंट्रोल करने में सहायक सिद्ध होते हैं। इसके लिए डायबिटीज के मरीजों को रोजाना तेंदू का सेवन करना चाहिए।

जामुन का जूस करता है आंखों की देखभाल

बरसात के दिनों में मच्छरों के काटने से कई प्रकार की बीमारियां जन्म लेती हैं। इनमें डेंगू, चिकनगुनिया, मलेरिया और ज़ीका वायरस प्रमुख हैं। साथ ही सर्दी-खांसी, वायरल और बैक्टीरियल संक्रमण की आशंकाएं रहती हैं। इसके अलावा, आंखों की तकलीफें भी बढ़ जाती हैं, जिसे आई इंफेक्शन कहते हैं। खासकर कोरोना महामारी में वर्क फ्रॉम होम के चलते भी लोगों में आंखों से संबंधित परेशानियां होती हैं। इस बीमारी में आंखों में खुजली होती है, आखें सूजने लगती है और आखों से पानी टपकने लगता है। इसके लिए बरसात के दिनों में अपनी आखों का विशेष ख्याल रखना चाहिए। अगर आप बरसात के दिनों में आंखों की देखभाल करना चाहते हैं, तो रोजाना जामुन का जूस जरूर पिएं।

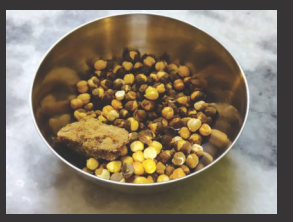
आयुर्वेद में जामुन का दवा की तरह इस्तेमाल किया जाता है। इस फल में फाइबर, मैग्नीशियम, आयरन और विटामिन-ए, बी और सी पाए जाते हैं, जो सेहत के लिए लाभदायक होते हैं। वहीं, जामुन का सिरका भी सेहत के लिए वरदान साबित होता है। खासकर डायबिटीज के मरीजों के लिए यह अमृत समान है। यह त्वचा, मसूढ़ों और कई अन्य रोगों में गुणकारी है। डायटीशिन हमेशा ब्लड शुगर कंट्रोल करने के लिए जामुन के सिरके का सेवन करने की सलाह देते हैं। डाइट चार्ट के अनुसार, एक एक कप जामुन में २०-२५ कैलोरीज पाया जाता है। इसके अलावा, आंखों के लिए भी जामुन किसी वरदान से कम नहीं है।

अनार का जूस ब्लड के लिए फायदे मंद

अनार सेहत के लिए हमेशा अच्छा रहता है। इसके सेवन से अपच, कब्ज की समस्या में राहत मिलती है। साथ ही यह खून बढ़ाने में भी काफी मदद करता है। अनार को रोग नाशक फल कहा जाता है। इसके सेवन से कई सारी बीमारियों में राहत मिलती है। हालांकि फल और जूस का सेवन करने से अलग-अलग लाभ मिलते हैं। तो आइए आज आपको बताते हैं अनार के जूस का सेवन करने से लाभ:-

१. अनार में जरूरी पोषक तत्व मौजूद होते हैं, जैसे फाइबर, मिनरल्स, विटामिन्स, कैल्शियम, पोटेशियम, आयरन, फोलेट्स और रिबोफ्लेविन इसमें होते हैं।
२. अनार में विटामिन सी, ई और ए मुख्य रूप से मौजूद होता है। इन सभी विटामिन की मदद से चेहरे पर जल्दी झुर्रियां और लाइन्स नहीं आती है। नाश्ते में कम से कम एक गिलास अनार का जूस जरूर पीएं।
३. अपच, कब्ज, गैस की समस्या होने पर रोज एक गिलास अनार का जूस पीएं। जल्दी राहत मिलेगी। ऐसा करीब एक सप्ताह तक करें।
४. अनार के जूस का सेवन करने से आर्टिस बेहतर होती है।
५. सप्ताह में ३ से ४ दिन अनार का जूस पीने से बेड केलोस्ट्रोल कम होता है और अच्छा केलोस्ट्रोल बढ़ता है।
६. हिमोग्लोबिन कम होने पर अनार के जूस का सेवन जरूर करना चाहिए। इससे बहुत जल्दी ब्लड बढ़ता है।
७. अनार का जूस पीने से तनाव कम होता है। साथ ही ब्लड प्रेशर भी कंट्रोल में रहता है।
८. अनार के जूस का सेवन करने से स्ट्रेस हार्मोन कम होता है। साथ ही दिमाग भी काफी शांत रहता है।
९. जूस में मौजूद पोषक तत्व से वजन तेजी से कम होता है। यह अतिरिक्त फैट को बर्न करने में मदद करता है।
१०. अनार फेफड़ों के कैंसर को बढ़ने से रोकने में मदद करता है।

गुड़ और चना सेहद के लिए है लाभदायक



भुने हुए चने के साथ वैसे तो चिरोंजी खाई जाती है लेकिन चने के साथ गुड़ खाना लाभकारी होता है। भुने हुए चने में कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, कैल्शियम, विटामिन और भरपूर आयरन होता है। इसमें फाइबर की मात्रा भी काफी अच्छी होती है। इसलिए भुने हुए चने खाए जाते हैं। बॉडी और मसल्स बानने के लिए भी भुने हुए चने और गुड़ खाने की सलाह दी जाती है। गुड़ में विटामिन ए और बी होता है। साथ ही सुक्रोज, पोटेशियम, जस्ता, कैल्शियम, आयरन भी प्रचुर मात्रा में होता है। शरीर का डाइजेशन सिस्टम खराब होने पर गुड़ और चने का सेवन करना चाहिए। इसमें फाइबर की मात्रा होने से पाचन शक्ति अच्छी होती है।

अपनी अपनी सोच

एक समय की बात है, एक गांव में ६ अंधे व्यक्ति रहते थे। वह बड़ी खुशी के साथ आपस मे रहते थे। एक बार उनके गांव में एक हाथी आया। जब उनको इस बात की जानकारी मिली, तो वो भी उस हाथी को देखने गये। लेकिन अंधे होने के कारण उन्होंने सोचा हम भले ही उस हाथी को न देख पाए, लेकिन छूकर ज़रूर महसूस करेंगे कि हाथी कैसा होता है। वहां पहुंच कर उन सभी ने हाथी को छूना शुरू किया। हाथी को छूकर एक अंधा व्यक्ति बोला, हाथी एक खंभे की माफिक होता है, मैं अब अच्छे से समझ गया हूं, क्योंकि उसने हाथी के पैरों को महसूस किया था।

तभी दूसरा व्यक्ति हाथी की पूंछ पकड़ कर बोला "अरेनहीं, हाथी तो रस्सी की तरह होता है।" तभी तीसरा व्यक्ति भी बोल पड़ा "अरे नही, मैं बताता हूँ, यह तो पेड़ के तने की तरह होता है।" 'तुम लोग क्या बात कर रहे हो, हाथी तो एक बड़े सूपे की तरह होता है", चौथे व्यक्ति ने कान को छूते हुए सभी को समझाया।

तभी अचानक पांचवें व्यक्ति ने हाथी के पेट पर हाथ रखते हुए सभी को बताया "अरे नहीं-नहीं, यह तो एक दीवार की तरह होता है।" ऐसा नहीं है, हाथी तो एक कठोर नली की तरह होता है, छठे व्यक्ति ने अपनी बात रखी। सभी के अलग अलग मत होने के कारण उन सभी में बहस होने लगी, और खुद को सही साबित करने में लग गए। उनकी बहस तेज होती गयी और ऐसा लगने लगा मानो वो आपस में लड़ ही पड़ेंगे।

तभी वहां से एक बुद्धिमान व्यक्ति गुज़र रहा था। उनकी बहस को देखकर, वह वहां रुका और उनसे पूछा, "क्या बात है, तुम सब आपस में झगड़ा क्यों कर रहे हो?" उन्होंने बहस का कारण बताते हुए, उस बुद्धिमान व्यक्ति को बताया कि हम यह नहीं तय कर पा रहे हैं, कि आखिर हाथी दिखता कैसा है, उन्होंने ने उत्तर दिया।

फिर एक एक करके उन्होंने अपनी बात उस व्यक्ति को समझायी। बुद्धिमान व्यक्ति ने सभी की बात शांति से सुनी और बोला, "तुम सब अपनी-अपनी जगह सही हो, तुम्हारे वर्णन में अंतर इसलिए है, क्योंकि तुम सबने हाथी के अलग-अलग भागों को छुआ एवं महसूस किया। लेकिन यदि देखा जाए, तो तुम लोग अपनी अपनी जगह ठीक हो, क्योंकि जो कुछ भी तुम सबने बताया, वो सभी बाते हाथी के वर्णन के लिए सही बैठती हैं।"

अब तक सभी को सारी बातें समझ आ गयी थी। उसके बाद उस बुद्धिमान व्यक्ति ने उन्हें समझाया यदि आप सब अपने जो जो महसूस किया, उसके अलावा भी यदि आगे कुछ देखते तो आप को हाथी असल मे कैसा होता है समझ आ जाता।

कहानी से शिक्षा- अधिकतर ऐसा होता है, कि हम सच्चाई जाने बिना अपनी बात को लेकर अड़ जाते हैं, कि हम ही सही हैं, और बाकी सब गलत है। लेकिन कई बार ऐसा होता है, कि हम केवल सिक्के का एक ही पहलू देख रहे होते है, हमे जरूरत है, सिक्के के दोनो पहलुओं को देखकर समझने की, इसलिए हमें अपनी बात तो रखनी चाहिए पर दूसरों की बात भी सब्र से सुननी चाहिए, और कभी भी बेकार की बहस में नहीं पड़ना चाहिए। वेद पुराणों में भी कहा गया है कि एक सत्य को कई तरीके से बताया जा सकता है, इसलिए यदि जब अगली बार आप ऐसी किसी बहस में पड़ें तो याद कर लीजियेगा, कि कहीं ऐसा तो नहीं कि आपके हाथ में सिर्फ कान हो, और बाकी हिस्से किसी और के पास हैं।

★ ★ ★

जो बीत गया सो बीत गया

एक नगर में एक बहुत ही अमीर आदमी रहता था, उस आदमी ने अपना सारा जीवन पैसे कमाने में लगा दिया, उसके पास इतना धन था, कि वह उस नगर को भी ख़रीद सकता था, लेकिन उसने अपने संपूर्ण जीवन भर में कभी किसी की मदद तक नही की।

इतना धन होने के बावजूद, उसने अपने लिए भी उस धन का उपयोग नही किया, न कभी अपनी पसंद के कपड़े, भोजन, एवं अन्य इच्छा की पूर्ति तक नही की। वह केवल अपने जीवन में पैसे कमाने में व्यस्त रहा, वह इतना व्यस्त एवं मस्त हो गया पैसा कमाने में उसे उसके बुढ़ापे का भी पता नही चला, और वह जीवन के आख़िरी पड़ाव पर पहुँच गया।

इस तरह उसके जीवन का अंतिम दिन भी नज़दीक आ गया और यमराज उसके प्राण लेने धरती पर आये, जिसे देख कर वह आदमी डर गया, यमराज ने कहा, "अब तेरे जीवन का अंतिम समय आ गया है, और मै तुझे अपने साथ ले जाने आया हूँ।"

सुनकर वह आदमी बोला "प्रभु अभी तक तो मैंने अपना जीवन जिया भी नही, मै तो अभी तक आपने काम में व्यस्त था", अत: मुझे अपनी कमाई हुई धन दौलत का उपयोग करने के लिए समय चाहिए।

यमराज ने उत्तर दिया- "मैं तुम्हें और समय नही दे सकता, तुम्हारे जीवन के दिन समाप्त हो गये है, और अब दिनों को नही बढाया जा सकता।"

यमराज की यह बात सुनकर उस आदमी ने कहा- "प्रभु मेरे पास इतना पैसा है, आप चाहो तो आधा धन लेकर मुझे जीवन का एक और बर्ष दे दीजिये।"

प्रतियुत्तर में यमराज ने कहा ऐसा संभव नही। इस पर आदमी ने कहा- "आप चाहो, तो मेरा ९० प्रतिशत धन लेकर मुझे १ महीने का समय ही दे दीजिए।"

यमराज ने फिर मना कर दिया। फिर आदमी ने कहा- "आप मेरा सारा धन लेकर १ ही घंटा दे दीजिये।" तब यमराज ने उसको समझाया, बीते हुए समय को धन से दोबारा प्राप्त नही किया जा सकता।

इस प्रकार जिस आदमी को अपने धन पर अभिमान था, उसे वह सब व्यर्थ लगने लगा, क्योंकि उसने अपना संपूर्ण जीवन उस व्यर्थ चीज को कमाने में लगा दिया, जो आज उसे जिंदगी का १ घंटा भी ख़रीद के नही दे पाई। दुखी मन से वह अपनी मौत के लिए तैयार हो गया।

कहानी से शिक्षा- आपने देखा की जिस आदमी ने अपना संपूर्ण जीवन जिसको कमाने में लगा दिया, वही चीज उसके लिए एक सेकंड का समय भी नही ख़रीद पाई। जीवन भगवान द्वारा दिया गया वहुमुल्य उपहारों में से एक है, जिसको पैसे से प्राप्त नही किया जा सकता। इसलिए जीवन के हर पल का आनंद लीजिये एवं उसको एन्जॉय करिए। कहा गया है जीवन बहुत अमूल्य है, इसको व्यर्थ ना जाने दे, हर पल को ख़ुशी के साथ जिए तभी आप अपने जीवन से खुश हो सकते है।

प्रस्तुति- श्रीमती सुनीता अग्रवाल,
मुंबई

आज के माहौल में बच्चों के साथ मजबूत करें रिश्ते

पिछले करीब दो वर्षों से कोरोना महामारी के कारण बच्चे लंबे समय से घर पर बंद है। वहीं कई बच्चे बोर हो रहे हैं तो कई तनाव भी महसूस कर रहे हैं। मगर इस समय को अलग नजरिये से देखें तो पेरेंट्स के लिए काफी फायदेमंद है। इस दौरान आप अपने बच्चों के साथ एक हैल्दी व मजबूत रिश्ता बना सकते हैं। उन्हें ऐसा माहौल दें कि उन्हें अपने दोस्तों की कमी न खले और आपके साथ दोस्ती का रिश्ता कायम कर सकें।

माता-पिता व घर के अन्य सदस्य बच्चों को समझें, उनकी बातों को नजरअंदाज न करें। आवश्यकतानुसार उनकी माँगों को पूरा करने का प्रयत्न करें। घर में हँसी-खुशी का वातावरण बनाकर रखें तो बच्चों को बोरियत महसूस नहीं होगी व तनाव दूर होने में मदद मिलेगी। साथ ही वे आपके और भी करीब आ जाएंगे।

आप अपने बच्चे के साथ बॉन्डिंग बनाने के लिए संगीत को चुन सकते हैं। इसके आप उनके लिए कोई इंस्ट्रूमेंट लेकर आ सकती है। अगर आपको गाना आता है तो सही है। नहीं आप आसानी से ऑनलाइन क्लासिस ज्वाइंन कर सकती है।

बच्चों को डांस करने के बेहद पसंद होता है। ऐसे में आप उनके साथ डांस भी कर सकती है। इससे आपका अपने बच्चे के साथ एक मजबूत रिश्ता बनेगा। साथ ही वे मजे-मजे में एक नया हुनर सीख लेगा।

कोरोना काल में खुद और बच्चे को फिट रखने के लिए योगा करना बेस्ट रहेगा। इसके लिए आप दिन या शाम के समय घर की छत पर बच्चों के साथ योगा करें। आप बच्चों से आसान व हल्के-फुल्के योगासन करवा सकती है।

लॉकडाउन के कारण घर पर बंद बच्चे बहुत बोर हो रहे हैं। ऐसे मे आप उनका मन बहलाने के लिए उनको कुकिंग करवा सकती है। आप उन्हें बेकिंग, नो फायर सीखा सकती है। इससे आप उनके साथ ज्यादा समय भी बीत पाएगी। साथ ही वे थोड़ी सी कुकिंग भी सीख लेंगे।

बच्चों के साथ टाइम बीताने के लिए गार्डनिंग करना भी सही रहेगा। आप अपनी छत पर छोटा सा किचन गार्डन बना सकती है। छोटे बच्चों को रंगों के साथ खेलना बेहद पसंद होता है। इसके लिए आप उनके लिए पेंटिंग बुक लेकर आ सकती है। इसके अलावा बच्चों के साथ घर के गमले, कप आदि को पेंट कर सकती है।

बच्चों के साथ टाइम स्पेंड करने व रिश्ता मजबूत बनाने के लिए आप इनडोर गेम्स का सहारा ले सकती है। इसके लिए आप उनके साथ लुडो, शतरंज, म्यूजिकल चेयर आदि गेम्स खेल सकती है। इससे बच्चे की बोरियत भी दूर होगी और उसका दिमाग भी तेज होगा। रात के समय में बच्चों को कहानी सुनना भी सही रहेगा। आप चाहे तो बच्चे की स्कूल बुक से उसे कोई कहानी सुना सकती है। इसके अलावा आप खुद भी बच्चे से किसी टॉपिक पर बात कर सकती है।

लंबे समय से घर पर बंद बच्चे बोरियत महसूस कर रहे हैं। कई बच्चे भी तनाव में आ रहे हैं। ऐसे में आप घर पर उनके लिए पिकनिक प्लान कर सकती है। इससे उन्हें अच्छा भी लगेगा। साथ ही आपके साथ उसकी बॉन्डिंग पहले से मजबूत होगी।

कहते हैं यह भी समय कट जाएगा परंतु आज जो बच्चों के साथ समय बिताने का मौका मिला है शायद आगे न मिले इसलिए दिल खोलकर उनके साथ बातें करें अपने कार्यों में उन्हें इनव्लॉल्ब करें। उनकी सलाह को अहमित दें। उन्हें ऐसा लगे कि माता-पिता, दादी-दादी व बड़े भाई-बहन उनके बातों को एहमियत देते हैं। इसका परिणाम यह होगा कि बच्चे हमारे और नजदीक आएंगे और उन्हें घर में बोरियत महसूस नहीं होगी।

दादा-दादी के साथ बच्चों का अनोखा रिश्ता

कहते हैं बच्चे कोमल फूल की तरह होते हैं जहाँ चाहें वहीं उन्हें सजा दें। आज के बच्चे अपनी उम्र से कहीं जल्दी जिम्मेदार बनते जा रहे हैं। कम ही उम्र में बहुत कुछ हासिल हो जाए इसके लिए प्रयत्नशील रहते हैं। आज के बच्चों में दोस्त की अहमियत माता पिता से बढ़कर है। कामकाजी माता-पिता बच्चों को समय नहीं दे पाते हैं इसकारण वे दादा-दादी में अपनी खुशियाँ ढूँढ़ते हैं। वे दादा-दादी को अपना दोस्त मानकर उनसे सारी बातें शेयर भी करते हैं। दादा-दादी भी उनकी हर बात को बहुत ही संजीदगी से लेते हैं। उन्हें हर हाल में खुश रखने का प्रयत्न करते हैं।

परिवार के हर सदस्य से बच्चे इमोशनली अटैच हो जाते हैं। जिनसे बच्चे अपनी बातें और फीलिंग्स खुलकर शेयर करते हैं। घर पर बड़े बुजुर्गों के होने से बच्चे पूरी तरह सुरक्षित रहते हैं और उनके साथ अपना क्वालिटी टाइम बीताकर बहुत कुछ सीखते भी हैं। मां-बाप के साथ-साथ घर के बुजुर्ग भी बच्चों को अच्छी शिक्षा देते हैं। दादा-दादी का बच्चों से एक अलग ही लगाव होता है। उनका बच्चों को बातें समझाने का ढंग एकदम शांत और सरल होता है। इसके अलावा वे उन्हें अपने जीवन के अनुभवों के आधार पर सीख देते हैं। इस तरह एक परिवार में पेरेंट्स के साथ बच्चों के लिए दादा-दादी भी बेहद महत्व रखते हैं।

परिवार जितना बड़ा होगा बच्चों का अकेलापन उतना ही दूर होगा। पेरेंट्स घर न हो लेकिन बच्चे के स्कूल से घर आने पर उसे परिवार के बाकी सदस्य मिले तो वो उनके साथ रहकर अच्छा समय बीताते हैं। ऐसा होने से बच्चे की उनके साथ अच्छी बॉन्डिंग होती है। साथ ही उनसे संस्कार, अच्छी बातें और फैमिली वैल्यूज सीखते हैं। वे अपने से बड़ों का आदर, छोटों से प्यार और चीजों को शेयर करना आदि अच्छी बातों को सीखते हैं।

प्रस्तुति- श्रीमती उषा देवड़ा
मुंबई

प्यार में होते हैं सीरियस

रिश्तों की नीव सच्चाई और विश्वास पर टिकी होती है। रिश्तों में अपने दिल की बात कहना बहुत जरूरी है। लड़कियां तो अपने दिल की बात खुलकर कह देते हैं लेकिन लड़के सिर्फ अपने एक्सप्रेशन, केयर या हरकतों के जरिए ही अपने प्यार का इजहार करते हैं। एक बार जब एक लड़के ने फैसला कर लिया कि वह आपके साथ रहना चाहता है तो वो आपको खुश रखने के लिए कुछ भी कर गुजर जाएगा। चलिए आपको बताते हैं कि कैसे जाने कि आपका पार्टनर रिश्ते को लेकर सीरियस है।

अगर वह आपसे सच्चा प्यार करता है तो वो आपकी दिल की हर बात जानना चाहेगा। आपकी किस बात का क्या मतलब है? आप उसके बारे में क्या सोचते हैं? हर बात जानना उनके लिए मायने रखेगा।

पुरुषों के लिए बहस करना उतना ही स्वाभाविक है जितना कि सांस लेना। अगर आपका पार्टनर आपके साथ तर्कसंगत रूप से बहस करता है और बिना चर्चा करे नहीं छोड़ता तो समझ लें कि वो गहराई से परवाह आपकी करता है और एक समाधान पर पहुंचना चाहता है ताकि आपका रिश्ता बना रहें।

एक आदमी को अपनी योजनाओं को बदलने या कुछ छोड़ने भी छोड़ने में बहुत समय लगता है। अगर वह आपके लिए यह करने को तैयार है तो समझ लें कि वो आपको लेकर सीरियस है। अगर वह आपसे सच्चा प्यार करता है तो आपकी खुशियों में शामिल होगा। फिर चाहे आपका बर्थ-डे हो या कोई और खुशी।

चाहे आप रो रहे हों, आपकी आंखें फूली हुई हों, आप मैसी हो... उसके लिए आपकी सुंदरता बाहरी रूप नहीं होगा बल्कि वो उस स्थिति में भी आपकी तारीफ करेगा। जब वह आपके दोस्तों व परिवार के बारे में गहराई से परवाह करना शुरू कर देता है, उनके साथ बने रहने का प्रयास करता है, उनसे मिलना, उनके बारे में पूछना-याद रखना, यह दिखाने का तरीका है कि आप उसके लिए मायने रखती हैं।

खुशहाल और कामयाब शादी

एक महिला या पुरूष के लिए कामयाब जिंदगी का सही मायनें एक खुशहाल शादी होती है। अगर आपकों जीवन में सही पार्टनर मिल जाए तो जिंदगी की गाड़ी बड़े ही आराम से सफर तय कर लेती है। लेकिन अगर गलती से आपका पार्टनर धोखेबाज़, शराबी, जुआरी नशेड़ी मिल जाएं तो यह गाड़ी ज्यादा देर तक पटरी पर नहीं टिक पाती, अंत में सफर खत्म हो जाता है।

हम अपने जीवन में इससे जुड़े कई उदाहरण देखते हैं जिसमें कई कप्पल में इतना प्यार, विश्वास और मान सम्मना होता है कि हर कोई ऐसी जिंदगी की मानोंकामना करता है। लेकिन अगर दूसरी तरफ हम उन कप्पल को देखें जो आए दिन घर में लड़ाई, झगड़ा, कलह क्लेश करते हैं उनसे भी हमें कई बार डर लगता है कि कहीं आने वाली लाइफ हमारी ऐसी तो नहीं होगी।

- खुशहाल शादी के पीछे का सिक्रेट है "सॉरी" यानि कि सबसे पहले कौन सॉरी बोलेगा, गलती किसी की भी हो इगों को भूल कर झट से पार्टनर को सॉरी बोल दें।
- गुस्से में पार्टनर कुछ भी कहें उसे नज़रअंदाज कर दें। वो जो भी कहे, उसे मान लो और उसकी बात सुन लो।
- दिन में अपने पार्टनर के साथ एक बार का खाना ज़रूर साथ खाओ।
- बाहर कहीं भी आउटिंग के लिए निकलों तो एक-दूसरे का हाथ थाम कर चलो।
- हमेशा साथ रहने का प्रॉमिस करो।

शादी की मज़बूत बुनियाद

विवाह दो लोगों के बीच बेहद ख़ूबसूरत रिश्ता होता है, जिसे आपसी समझ और तालमेल से निभाया जाता है। यह तालमेल बना रहे इसके लिए ज़रूरी है कि कुछ मुद्दों पर पहले ही स्पष्टता हो जाए। टूटते रिश्तों के अनुभवों ने सिखाया है कि ...मन राज़ी हों, तो ज़िंदगी आसान हो जाती है।

कहते हैं, शादी के लिए लड़का चुनते वक़्त ध्यान रखना चाहिए कि यही व्यक्ति आपका सबसे क़रीबी दोस्त, हमसफ़र, घर का दामाद और आपके भावी बच्चों का पिता भी होगा। इसलिए फ़ैसला सोच-समझकर करें। यही बात लड़की को लेकर भी सही है। विवाह जीवन का बहुत ही अहम और बड़ा फ़ैसला होता है। लड़का और लड़की, दोनों के जहां अपने-अपने सपने होते हैं, वहीं दोनों को अपने जीवन के यथार्थ को सामने रखकर भी सोचना होता है। कुछ बातें समझनी होती हैं तो कुछ समझानी होती हैं, ताकि बाद में समस्या न आए। ऐसे में, कुछ बातों को पहले ही साफ़ कर लेना बेहतर होता है, ताकि नया रिश्ता शिकायतों से नहीं बल्कि समझदारी से आगे बढ़े।

अधिकतर लोगों का मानना होता है कि विवाह स्वतंत्रता छीन लेता है। यह बात लड़का-लड़की दोनों पर लागू होती है। शादी के एक-दो महीने बाद ही दोस्तों की महफ़िलों में इस पर मज़ाक होने लगता है कि अभी फोन आएगा और यह भागेगा या भागेगी। निजी रुचियों को लेकर भी समझ ज़रूरी है, ताकि बाद में ना झगड़ा हो, ना समझौते करने पड़ें।

शादी स्वतंत्रता नहीं छीनती बल्कि आपको एक साथी देती है जिसके साथ आप अपनी स्वतंत्रता को सही तरह से जी सकते हैं। होने वाले साथी से अपनी रुचियां बांटें और जानने की कोशिश करें कि वह क्या सोचता/सोचती है। अपने दोस्तों से परिचित करवाएं। एक-दूसरे की निजता को लेकर भी बात कर लें।

यदि आप अपने साथी के साथ आर्थिक मुद्दों पर बात करना चाहती हैं तो इसमें ज़रा भी हिचकने की ज़रूरत नहीं है। वेतन व उसकी साझेदारी को लेकर अक्सर लड़की की स्थिति अस्पष्ट होती है। वो अपनी तनख़्वाह रखेगी या पति को देगी या घर ख़र्च में देनी होगी या अगर वो अपने तालीमयाफ़्ता भाई-बहन को देना चाहती है- इन मुद्दों पर बाद में बहुत बहस होती है। अगर लड़की का वेतन लड़के की अपेक्षा अधिक होता है तो लड़के का मेल ईगो यानी कि पुरुषवादी अहं आड़े आ सकता है। ऐसे में वो उसे सीधे तौर पर कुछ न कहकर ताने मारने लगता है। धीरे-धीरे ये आए दिन के झगड़े में तब्दील हो जाते हैं और रिश्ता कमज़ोर पड़ने लगता है।

दुनिया ये कहती !

सागर बनाकर तब बादल उड़ाया,
हरे-हरे वृक्षों से धरा सजाया।
कण-कण में व्याप्त है उसकी परछाई,
बात-बात में देते उसकी दुहाई।
गाते परिन्दे जिसका गुणगान हैं,
दुनिया ये कहती वही भगवान है।
घुमावदार पहाड़ों को किसने बनाया,
ग्लेशियर से उसको किसने सजाया।
जड़ी-बूटियों से भरा क्यों खजाना,
आसमान इतना बड़ा क्यों वो ताना।
सुबह-शाम होती आरती-अजान है,
दुनिया ये कहती वही भगवान है।
क्यों लोग आपस में खून हैं बहाते,
बम,एटम-बम का दंभ भी दिखाते।
खिलती है जुही तो खिलने दे उसे,
गमकती है दुनिया गमकने दे उसे।
उसके करम से ये जिन्दा जहान है,
दुनिया ये कहती वही भगवान है।
रंग -रूप, आकर वैसा नहीं है,
जो कोई सोचता है,वैसा नहीं है।
सूरज -चंदा है उसका खिलौना,
ज्ञान उसके आगे हमारा है बौना।
पूरी क़ायनात का आलाकमान है,
दुनिया ये कहती वही भगवान है।
जल,जंगल,जमीन अब हम बचाएँ,
खुद अपने हाथों से वसुंधरा सजाएँ।
दूषित करे न कोई आबो-हवा को,
खाना पड़े न उस महंगी दवा को।
पर्यावरण उसी का वरदान है,
दुनिया ये कहती वही भगवान है।

रामकेश एम.यादव
(कवि,साहित्यकार),
मुंबई

आप भी क्या कमाल करते हो

आप भी क्या कमाल करते हो,
दर्द देकर सवाल करते हो।
रोग ये इश्क़ का है ही ऐसा,
क्यों बुरा अपना हाल करते हो।
रोज पढ़ते नमाज़ हो, फिर क्यों,
बेजुबाँ को हलाल करते हो।
तुम फरामोश हो गये इतने,
हर जगह काली दाल करते हो।
खा गये बेच जो वतन अपना,
उनको फिर क्यों बहाल करते हो।

नवीनु गौतम
नयागाँव-कोटा
(राजस्थान)

प्यारे घन

हे घन प्यारे,बिदक गये क्यों ,
हमसे पाप हुआ क्या बोलो ।
सब कुछ सूख रहा पानी बिन,
अब तो कृपा दृष्टि निज खोलो ।।
तुमको निरख रहे हम निशि दिन,
तुम बिन सब सचमुच सूना है ।
तुम ही हो आशा खेतिहर की ,
प्यार तेरा हम पर दूना है ।।
सूख रहे हैं ताल तलैया ,
मोर नाचना भूल गए हैं ।
टर्र, टर्र सुने साल बीते सच,
प्रकृति के पग झूल गए हैं ।।
सूना सावन तुम बिन देखो ,
मस्त बहारें लुप्त हो गयीं ।
कुदरत सिसक रही है हर पल,
आस किरण सब सुप्त हो गयी ।।
मार रही महंगाई हमको ,
जीना सच दुश्वार हो गया ।
रूठ गये तुम तो क्या होगा,
समझो, यह संसार सो गया ।।
हे नीरद, तेरी करुणा ही ,
विगलित हो धरती पर आती ।
जान रहे हो, भारत मां सच ,
शस्य श्यामला तभी कहाती ।।
सूख रही है स्याही देखो ,
गीत हमारे सिसक रहे हैं ।
आहत मस्त पवन के झोंके,
संयोगी जन बिलख रहे हैं ।।
ब्याह हो रहा है मेंढकी का ,
अब हल चला रही है नारी ।
बच्चे काचकचौटी खेलें ,
अब तो बरसो हे जलधारी ।।
यज्ञ हवन मंदिर में जारी ,
फिर भी अड़े हुए किस जिद में ।
त्राहि माम् चहुंओर व्याप्त है ,
फिर भी पड़े हुए क्यों नींद में ।।
तुम संस्कृति के अभिन्न अंग हो ,
हे बादल, अब जल बरसाओ ।
उमड़ घुमड़ कर तप्त धरा को,
फिर से जल्दी तुम हरषाओ ।।

मार्कण्डेय त्रिपाठी
मुंबई

किसान की जान को सौ जंजाल

किसान की जान को सौ जंजाल
दोपहर सूरज चमक रहा था
रात में आसमान साफ
तारे टिमटिमा रहे थे
रात चांद की दूधिया रोशनी में
नहा रही थी
किसान भी प्रसन्न
बच्चों को कहानी सुना रहा था
बच्चे भी रह रह
अपनी मांगों का पिटारा
खोल रहे थे
किसान भी बच्चों की ज़िद
खुशी से माने जा रहा था
बगल बैठी किसानिन मुस्कुरा रही थी
अपने लिए नई साड़ी मांग रही थी
भोर में मौसम बदल गया
बारिश के साथ ओला पड़ गया
अब न फसल थी
न पत्नी बच्चों की मांगे
अंत में रह गया
किसान और उसका दुर्भाग्य ।।

कमलेश यादव
जौनपुर

कलम में बारूद (गजल)

रख कदम फूंक-फूंककर कि,कायम रहे वजूद
हैं हम मसीहा अमन-चैन के,नहीं चाहिए युद्ध
सर झुका है सजदे में, संसाधन मिला सौगात में
दीखाना चाहते ताकत तो, भर कलम में बारूद
कुछ लोग सहज ही पा जाते, मंजिल अपनी
चाहिए क्यों हमदर्दी तुझे, संघर्ष कर तुम खुद
इस धरा पर धरा रह जाएगा, सब कुछ तेरा यूं
बसेरा तेरा कुछ दिन का यहां,ना रहोगे मौजूद
कुछ करने से पहले कुछ ऐसा कर जा राजेंद्र"
लोग कहे कि, किस मिट्टी का बना था मरदूद

राजेंद्र कुमार सिंह
पाथरडीह रोड,
नाशिक

कोई और उपाय नहीं

कोई और उपाय नहीं
गीत प्रेम के कैसे लिख दूँ
ऐसे अब हालात नहीं
तुम्हें देख कैसे हंस लूँ मैं
जब तुम मेरे पास नहीं..।।
कितनी ऋतुयें चली गईं
अपने संग यादों को लेकर
जिस सावन में अब मैं भीगूं
ऐसी अब बरसात नहीं..।।
सपनों के सब बाग बगीचे
मुरझाये से दिखते हैं
हरा-भरा जो कर दे इनको
ऐसा अब बागवान नहीं..।।
अरमानों के बिस्तर पर
अब नींद बड़ी मुश्किल से है
जिस तकिये पर सिर रखता था
अब ओ मेरे साथ नहीं..।।
गुज़रा वक़्त कहाँ आता है
फिर दस्तक देने चौखट पर
मन ही मन को ढांढस देता
कोई और उपाय नहीं..।।
कोई और उपाय नहीं..।।

विजय कनौजिया
अम्बेडकर नगर
(उ० प्र०)

टोपी वाला बंदर

(बाल कविता)

कूद फाद रहा था बंदर।
सबके घर मे लाया दंगल।
बचा बचा रखो सब कुछ।
वरना कर दूंगा मे मगल।
यही रहेगा टोपी बंदर।।
आधी और तूफान वो लाया।
अफरा तफरी यू फेलाया।
सबके मन में गुस्सा आया।
टोपी वाला बंदर आया।।
खाऊ खाऊ कर के बंदर आया।
पूछ हिला कर नाम बताया।
उसने चाट मलाई खाया।
मुहं पे अपने मास्क लगया।
टोपी वाला बंदर आया।।

क्षितिज यदुकुल
सुलतानपुर
उत्तर प्रदेश

सादगी

सादगी को परखने के लिए,
सादगी भरी नज़र चाहिए।
सादा रूप होता कितना अनूप,
ये जानने के लिए सादापन चाहिए।
बनावटीपन तो इस दौर में मोड़
मोड़ पर देखने को मिलता है,
सादगी को असल में जमीन से जुड़ाव चाहिए।
ज़मीं पर पैर जो रखते नहीं हैं,
उनके मुंह कभी हम लगते नहीं हैं।
खुदा ने बनाया हमें कुछ ऐसा,
कि बनावटी लोग रास आते नहीं हैं।
हमें अपनेपन में ही आती नज़र ज़िन्दगी है,
अपनेपन में ही लगती ज़िन्दगी बन्दगी है।

अतुल पाठक धैर्य
हाथरस
(उत्तर प्रदेश)

कैसे करूं दिल की बात

साथ छोड़ते देख लोगों को,
कैसे करूं अपने दिल की बात।
समय कठिन है बचके रहना यारों
महामारी लगाए बैठी है घात।।
चहुं ओर फैली इसकी माया,
मन में लोगों के डर इसका छाया।
है इसके बड़े-बड़े अत्याचार,
मास्क, सैनिटाइजर इसके उपचार।।
तुम्ही रक्षा करो अब हमारी हे नाथ,
दूध मुंहे तक भी हो रहे है अनाथ।
हाथ जोड़कर हम करें तेरी विनती,
न मिले विश्व में संक्रमितों की गिनती।।
कैसेकहूं यारों अपनेदिल कीबात,
ये बीमारी दे रही सबको नित्य अधात।
बहुत जरूरी हो तो घर से निकलना,
लोगों से दो गज दूरी रख के चलना।।
मत रो तुम प्यारे, वक्त भी ये गुजर जाएगा।
जरा सावधानी रखले, इससे तू बच जाएगा।।
दूर करेंगे प्रभु अब इसको धीरे- धीरे,
जल्दी मिलेंगे गले हम मित्रगण सारे।
कैसेकहूंअब मैं अपनेदिल कीबात,
अब सब है बाबा विश्वनाथ के हाथ।।

अंकुर सिंह
जौनपुर,
उत्तर प्रदेश

आया सावन झूम के

श्वेत श्याम घन युक्त गगन है,
सौंधी खुशबू भरी पवन है,
हरियाली भू पर छायी है,
धरा ने सुन्दर छवि पायी है,
चहुं ओर दृश्य दिखते मनभावन।
आया झूम के है फिर सावन।
रिमझिम गिरती शीत फुहारें,
लायीं अपने संग बहारें,
बागों में पड़ गये हैं झूले,
देखे रस्ता, सखियाँ आवन।
आयाझूम के है फिर सावन।
शंखनाद गूंजे हर आलय,
सजे हैं मन्दर और शिवालय,
बम-बम भोले, का है गुंजन,
कांवड़ियों का झूम रहा मन,
ले कांवड़ निकले हैं पावन।
आयाझूम के है फिरसावन।
कदम्ब, केतकी फूल खिले हैं,
कुंद, केवड़ा, कंद खिले हैं
महकी बाग में हर क्यारी है,
धूम रसालों की भारी है,
बाग़, बगीचे हुए हैं मधुवन।
आया झूम के है फिर सावन।
भीगा गोरी का श्यामल तन,
आँचल भीगा, भीगा है मन,
सखियाँ संग अठखेली करती,
विहँस-विहँस जलक्रीड़ा करती
बड़ा प्रफुल्लित है तन और मन।
आयाझूम के है फिरसावन।
नदी, ताल, पोखर जलपूरित,
नाच रहे हैं, मोर मन मुदित,
पपीहा टेर करें 'पी-कहाँ' की
कोयल करती कूक, कुहू की
दादुर टर्र-टर्र करें प्रसन्न मन।
आया झूम के है फिरसावन।
धान-खेत लहलहा रहे हैं
कृषक हर्षित हो, गा रहे हैं,
बागों में है, धूम रसाल की,
खुशबू है फैली कमाल की,
बड़ा प्रफुल्लित है तन और मन।
आया झूम के है फिरसावन।

नरेश चन्द्र उनियाल,
पौड़ी गढ़वाल, उत्तराखण्ड

अखियां से बहत बा नीर हो

अखियां से बहत बा नीर हो
देत बा कोरोना बड़ा पीर हो।
गांव गांव शहर शहर
हा हा कार मचल बा।
सारा अस्पताल देखा
मरीजन से भरल बा।
जीअरा पर लगत बा तीर हो
अखियां से बहत बा नीर हो
देत बा कोरोना बड़ा पीर हो।
आक्सीजन देखा मिलत नाहीं बा
सब जनता परेशान दिखत बा।
तड़प तड़प कर देखा
हर मरीज मरत बा।
कैसे धराई मनवा के धीर हो
अखियां से बहत बा नीर हो
देत बा कोरोना बड़ा पीर हो।
लासों से देखा श्मशान भरल बा
लास के जलावे के लाईन लगल बा।
केहू केहू ना पूछे वाला
कोरोना से डर सब दूर खड़ा बा।
दुख देत बा कोरोना दिल चीर हो
अखियां से बहत बा नीर हो
देत बा कोरोना बड़ा पीर हो।

बद्री प्रसाद वर्मा
अनजान
गोरखपुर (उ.प्र)

प्रेम का गंगाजल

बनाकर शब्दों का मूरत खड़ी मैं कर जाऊँगी
विश्वास मुझे प्रेमका गंगाजल तुमसे हीं पाऊँगी
मेरा अंतर्मन कहते हीं दृवित बहुत तब होता है
तन्हा मन अकेले रुदन ज़ब चीखचीख करता है
ज्ञान मुझे एक दिन वापस तुम हीं आओगे
प्रेम का राग मेरे सँग मिलकर तुम हीं गाओगे
सागर भी रोयेगा गले ज़ब तुम्हें लगाऊँगी
विश्वास मुझे प्रेम का गंगाजल तुमसे हीं पाऊँगी
अनसुनी अनकही विचारों का संवाद होता है
नयनों की भाषा का भी एक सम्मान होता है
ज़ब प्रेम की परिभाषा का मोल समझ आएगा
तब शायद भटका मन तेरा मुझे हीं पायेगा
हृदयरथ पर चढ़ प्रेम पताका मैं हीं फहराऊँगी
विश्वास मुझे प्रेम का गंगाजल तुमसे हीं पाऊँगी
नर्म गुलाबी चाँद चखो तुम अपनी आँखों से
बरसे उल्फत की बारिश ठहरों तुम मेरी बांहों में
प्रेम का प्रज्जवलित विरहा का ज्वाला हूँ
आग के दरिया पर अहसास का ताला हूँ
स्पर्श तुम्हारा महके हृदय स्पन्दन बन जाऊँगी
विश्वास मुझे प्रेम का गंगाजल तुमसे हीं पाऊँगी
यादकरोगे ज़ब यादों की करवट याद नहीं होंगी
ख़ुशबू में भींगी यादों की सलवट यादनहीं होंगी
सपनों को भीजगना होगा ज़ब नींद मुझे आएगी
पलकों का न लगाना ताला अक्ष द्वार मैं आऊँगी
स्वर मौनिल कर पलकें अपनी स्थिर करजाऊँगी
विश्वास मुझे प्रेम का गंगाजल तुमसे हीं पाऊँगी
विश्वास मुझे प्रेम का गंगाजल तुमसे हीं पाऊँगी

कल्पना भदौरिया
(स्वप्निल)
उत्तरप्रदेश

गज़ल

दीवारों से कान लगाकर बैठे हो
पहरे पर दरबान लगाकर बैठे हो
इससे ज़्यादा क्या बेचोगे दुनिया को
सारा तो सामान लगाकर बैठे हो
दु:ख में डूबी आवाज़ें न सुन पाए
ऐसा भी क्या ध्यान लगाकर बैठे हो
बेच रहा हूँ मैं तो अपने कुछ सपने
तुम तो संविधान लगाकर बैठे हो
हमने तो गिन डाले हैं टूटे वादे
तुम केवल अनुमान लगाकर बैठे हो
अपने घर के दरवाज़े की तख़्ती पर
अपनी झूठी शान लगाकर बैठे हो
ख़ूब अँधेरे में डूबे इन लोगों से
सूरज का अरमान लगाकर बैठे हो
जूझ रही है कठिन सवालों से दुनिया
तुम अब भी आसान लगाकर बैठे हो
कितने अच्छे हो तुम अपने बाहर से
अच्छा-सा इंसान लगाकर बैठे हो

डॉ. राकेश जोशी
पौड़ी (गढ़वाल),
उत्तराखंड

मधुर स्वर

मेरे गीतों को सजाओ अपने होठों से दो संवार
मेरे गीतों को तेरा,मधुर स्वर यदि मिल जाये।
यह गीत रहे गीत न,फिर ये नगमा बन जाये।।
शब्द कितना भी कोई, अच्छा पिरोया जाये।
मन को लुभाता है तभी,जब वो गाया जाये।।
लिखने वाला ये जरुरी तो नहीं,गाता भी हो।
सुर ताल साज आवाज,का भी वो ज्ञाता हो।।
यह तो कुदरती करिश्मा है,जो सब नहीं पाते।
मधुर कंठ मोहिनी आवाज ये कोई-2 हैं पाते।।
गुज़ारिश है मेरे गीतों को,तुम अपने स्वर दे दो।
अपनी आवाज से इन,शब्दों को अमर कर दो।।
वक्त के साथ ये मेरे गीत,फिर लोग गुनगुनायेंगें।
कुछ हों नापसंद भले पर,कुछ तो पसंद आयेंगें।।
तेरी आवाज व नाज़ में,क्या गज़ब का जादू है।
सुनने वाला मदहोश हुयें जायें,रहता बेकाबू है।।
तेरी इन्ही अदाओं का ही तो,मैं भी हूँ तलबगार।
मेरे गीतों को सजा दो,अपने होठों से दो संवार।।
मेरे गीतों को तेरे लव से,छूने का है ये अख्तियार।
मेरे गीतों शब्दों को भी दें,थोड़ा सा अपना प्यार।।
महफ़िलों में मेरे गीत,सुनाओ तो अमर हो जायें।
तेरी आवाज का जादुई,असर मेरे गीत भी पायें।।

डॉ.विनय कुमार श्रीवास्तव
प्रतापगढ़ सिटी,उ.प्र.

वो ग़ज़लें लिखा के हैं पढ़ते

वो ग़ज़लें किसी से लिखाके हैं पढ़ते
वोग़ज़लेंकिसी से लिखाके हैं पढ़ते।
मेरी ही लिखी हैं बताके हैं पढ़ते।
कभी भी न अपनी तू नज़रें झुकाना
ये मिसरा वो नज़रें झुकाके हैं पढ़ते।
क़यामत से बढ़के हैं करते क़यामत
ज़रा होंठ जब वो दबाके हैं पढ़ते।
लगे काली काली घटा हर सू छाई
वो ज़ुल्फों को जब जब उड़ाके हैं पढ़ते।
ख़ुशी ज़िन्दगी है रहो ख़ुश सदा ही/पर
दुखी सा वो मुख को बनाके हैं पढ़ते।
ये मन शाँत रहना ज़रूरी है यारो
यही बात वो तिलमिलाके हैं पढ़ते।
वो सन्देश देते सदा सच पढ़ो तुम
मग़र सच से दामन बचाके हैं पढ़ते।
मैं दो मिन्ट लूँगा जियादा न कहकर
समय को सदा वो भुलाके हैं पढ़ते।
सभी जानते हैं कि क्या सच है इसमें
वो बातों को जब भी घुमाके हैं पढ़ते।
यही शायरी है जो मैं कह रहा हूँ
गुमां से वो कह सर उठाके हैं पढ़ते।

हरदीप बिरदी
लुधियाना

बेरुख़ी

आप हमें अपने मन का पता दीजिए
नहीं तो हम साज़िशों में गुम हो जाएंगे
ये बेरुख़ी किसलिए, हम तो मासूम हैं
यूँ ना शर्तों से रिश्ते सुलझाया कीजिए।
आप लिखते हैं जो, माना हम हैं वही
फिर ये शब्दों का भ्रमजाल है किसलिए
ये बेसुरा साज़ ख़ुद में सिमट जाएगा
आप दिल से ग़ज़ल गाके तो देखिए।
हम यकीं क्या करें, इतने छले हैं गए
वो ही लगते हैं अपने, जो हैं साथ में खड़े
कसमें-वादे से आगे अब निकल आए हैं
आप अपनों की तरह कुछ पहल कीजिए।
दो कदम आप चलें, दो कदम हम चलें
बात कुछ आप सुनें, बात कुछ हम सुनें
पहले भी छोड़ आए थे सब तुम्हारे लिए
आज ख़ुद को छोड़ देंगे तुम्हारे लिए।
बात इतनी सी है, फिर ये हङ्गामा क्यों?
प्यार में इस तरह ज़ोर आज़माइश हो क्यों?
मान-मुनौव्वल की कोई ज़रूरत नहीं
हम दीवाने हैं, बस एक इशारा भर कीजिए।

आर. आर. झा (रंजन)
सहरसा (बिहार)

ऐ मेरे कवि मन

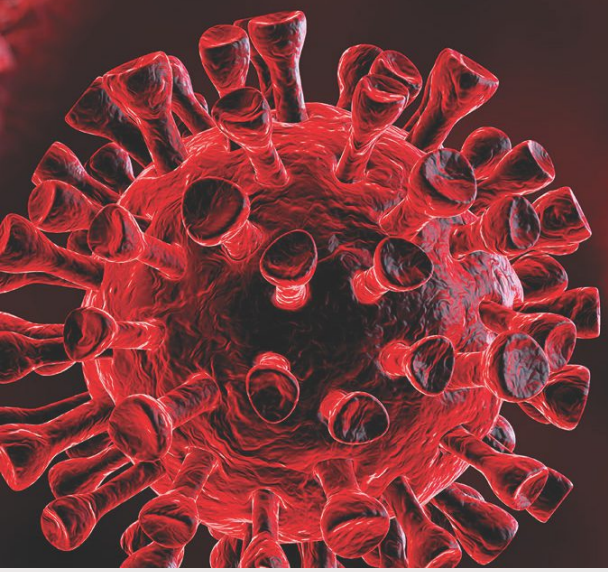
ऐ मेरे कवि मन! तू गीत गाता चल
शब्दों की लय पर नित नई तान सजाता चल
ऐ मेरे कवि मन!....
कलम रुक जाए तेरी, कोई ग़म नहीं
उड़ जाए बुलबुल, जहाँ में पंछी कम नहीं
भुला दे गुज़रा कल,अच्छा होगा आने वाला पल
हर ग़म को हवा में उड़ाकर चल ।
ऐ मेरे कवि मन!....
यहाँ पत्थर ही पूजे जाते- सबके घरों में
हृदय में बहती प्रेम गंगा, किंतु शांत स्वर में
पथ में बाधित करेंगे तुझको पाहन दल
तू पत्थर ना बन, निर्झर सा बह निकल
ऐ मेरे कवि मन!....
इस बनावटी दुनियाँ में, लोग बड़े महान हैं
झूठ चीख़कर बोलता, सच की बंद ज़बान है
ये सब देख अपने को अब और ना कर विकल
सबके सच-झूठ को शब्दमाला में पिरोता चल
ऐ मेरे कवि मन!....
गहरी रात हो जाए ,पथिक पथ में अगर
संकटों के झंझावाद आ घेरे तुमको अगर
थोड़ा धीर धरना, खड़े रहना अचल
शीघ्र छट जाएँगे-ये संकटों के बादल ।
ऐ मेरे कवि मन!....
ये अनमोल जीवन नहीं मिलता बार-बार
व्यर्थ अपने भावों पर, ना अत्याचार कर
बस, जिंदगी के मद का लुत्फ़ उठाता चल
कहीं हाथ से निकल न जाए-ये कीमती पल
ऐ मेरेकविमन! तू गीत गाता चल
शब्दों की लय पर नित नई तान सजाता चल
ऐ मेरे कवि मन!....

संदीप कुमार कटारिया
करनाल, हरियाणा)

गज़ल

वो पराया भी रहे तो
और मेरा भी लगे तो
गर सुबह सूरज ढले तो
वक़्त का पहिया थमे तो
ढूँढ़कर ख़ुद को थके तो
ख़ुद मगर ख़ुद में मिले तो
सूर्य कर दे बर्फ़बारी
चाँद सूरज - सा तपे तो
क़र्ज़ जो उस पर नहीं था
वो चुकाने में चुके तो

विज्ञान व्रत



क्या सचमुच संक्रमण की तीसरी लहर आएगी

गत दो वर्षों से हर क्षेत्र कोरोना महामारी से प्रभावित है। पहली लहर से संभल ही रहे थे कि दूसरी लहर ने चारों तरफ तवाही का मंजर ऐसा मचाया कि पूरी दुनिया दहल गयी।

कोरोना की दूसरी लहर शायद जुलाई - अगस्त में विदा हो जाये मगर तीसरी लहर आशंकित है। तीसरी लहर के आने न आने पर असमंजस है तो इस बात को लेकर भी कि यह कब दस्तक देगी। विशेषज्ञों और वैज्ञानियों में से किसी का आकलन अगले दो महीने में है तो कोई इसकी आमद अगले साल बता रहा है। अगर कोरोना की तीसरी लहर आएगी ही चाहे जब आए तो फिर इस सवाल पर भी ऊहापोह है, क्या दूसरी लहर के मुकाबले यह कमजोर होगी या ज्यादा मारक ? इस पर भी विशेषज्ञ एकमत नहीं हैं। ढाई महीने पहले इस बात की आशंका व्यक्त की गई थी कि तीसरी लहर का असर गांवों और सुदूर क्षेत्रों में घातक होगा। स्वास्थ्य संजाल का सघन न होना, कम टीकाकरण और जागरूकता का अभाव इसके कारण हैं, लेकिन अब इस मामले में भी विचार बदल गया है।

लेकिन इसके उलट भी तमाम बयान हैं कि हमने दूसरी लहर से सबक भले ही लिए हों, मगर तीसरी लहर की तैयारी बहुत नगण्य है। सबब यह कि जितने मुंह, उतनी बातें। ये बातें इंटरनेट मीडिया की गपशप नहीं हैं, बल्कि विभिन्न आधिकारिक और प्रतिष्ठित विश्वस्त माने जाने वाले स्रोतों द्वारा निकली हैं। अपने क्षेत्र के मान्य व्यक्तियों, विशेषज्ञों ने कही हैं। पर कुल मिलाकर भ्रम ही पैदा करती हैं। सरकार विरोधी कहते हैं, तीसरी लहर सरकारी भ्रम है। कहीं नहीं आने वाली। जब यह नहीं आएगी तो सरकार अपनी तैयारियों और कार्यकुशलता का ढिंढोरा पीटेगी, अपनी पीठ खुद ठोकेगी।

इस बीच एक तथ्य यह भी है कि सबके लिए तीसरी लहर आशंका है तो फार्मा क्षेत्र के लिए संभावना। इसे भी अनेक संदर्भो में समझने की जरूरत है। प्रधानमंत्री के वैज्ञानिक सलाहकार डॉ. राघवन, नीति आयोग के सदस्य वीके पॉल, एम्स के निदेशक रणदीप गुलेरिया समेत कई दिग्गजों का कहना है कि तीसरी लहर का आना तय है। दुनियाभर के ४० स्वास्थ्य विशेषज्ञ, चिकित्सक, विज्ञानी, विषाणुविज्ञानी और महामारी विशेषज्ञों के बीच एक न्यूज एजेंसी के सर्वे का नतीजा यह निकला कि अलग अलग समय पर ही सही, पर सभी ने माना कि कोरोना की तीसरी लहर जरूर आएगी। पर यह स्पष्ट रूप से नहीं कह पाए कि कब आएगी।

शर्म की मुलाकात ईमानदारी से: कहते हैं कि शर्म से डूब मरो, लेकिन आज तक किसी ने यह नहीं बताया कि कोई शर्म से कहां जाकर डूब मरे ?

कुछ वैज्ञानियों का विचार है कि तीसरी लहर इस बात पर निर्भर करती है कि लोग कितने बेपरवाह हुए और वायरस ने स्वयं में किस तरह का बदलाव किया। इन आकलनों में बहुत सी गणनाएं सरकारी आंकड़ों पर आधारित हैं। आंकड़े जितने शुद्ध होंगे, आकलन उतने ही सटीक। तीसरी लहर कितनी मारक होगी मतभेद इसको लेकर भी है। कई विशेषज्ञों के अनुसार यह संक्रमण दर में थोड़ी बढ़ोतरी भर हो सकती है तो कुछ का विचार है कि लहर उतनी घातक कतई नहीं होगी जितनी पहली या दूसरी। तर्क यह कि लहर आने तक व्यापक वैक्सीनेशन हो चुका होगा और लोग हर्ड इम्युनिटी के अलावा नेचुरल इम्युनिटी से भी लैस होंगे। अधिकांश विशेषज्ञों ने कहा कि तीसरी लहर पर सरकार का बेहतर नियंत्रण होगा, वह दूसरी लहर के मुकाबले बेहतर तरीके से निपटेगी। पर यह भी है कि तब तक वायरस अपनी उत्तरजीविता सुनिश्चित करने के लिए म्यूटेट होकर किसी और अधिक संक्रामक व मारक वैरिएंट में न बदल जाए। लहर का असर कितना होगा यह संदेह के घेरे में है। नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ मेंटल हेल्थ एंड न्यूरोसाइंस के प्रमुख कहते हैं, तीसरी लहर में बच्चों के लिए हालात गंभीर हो सकते हैं।

सवाल यह उठता है कि जब हमें तीसरी लहर का अंदाजा है तो हमें उससे निपटने के लिए जरूरी चीजों का प्रबंध क्यों नहीं करते। आखिर हम कब तक अंदाजा लगाकर तीर चलानेवाले काम करते रहेंगे। हर भारतीय को देश की सुरक्षा व स्वस्थ के बारे में संजीदा होना होगा। खुद के स्वार्थ से उठकर देश के हितों को प्राथमिकता देनी होगी और हम स्वयं पर गर्व कर सकेंगे।

के. एस फाउंडेशन
द्वारा जनविचारार्थ जारी

"गुरु गुरु बोल मनए गुरु गुरु बोल"

"गुरु" शब्द का अर्थ है-"गुम रौति इति गुरु"
"गु" यानी अंधकार और 'रौति" माने नष्ट करना
जो हमारे माया के अंधकार काए अज्ञान के अंधकार काए नाश करकेए हमें ज्ञान के प्रकाश से अवगत कराये, हम जीवात्मा को परमात्मा से मिलाने का "गुर" याने सेक्रेट कुंजी बताकर हमारे परम लक्ष्य का मार्ग बतावै, वह ही गुरु है।

गुरुर्ब्रह्मा, गुरुर्विष्णू, गुरुर्देव महेश्वर: । गुरु साक्षात परब्रह्म, तस्मै श्री गुरुवै नम:।।

ब्रह्मा, विष्णू, महेश, साक्षात परब्रह्म परमात्मा, समस्त देवता गुरु के अंदर विद्यमान हैं। ब्रह्मा की भाँति अंत:करण में बोध करा के, "ज्ञानप्रेम" रूपी पुत्र को जन्म देता है। विष्णू के सामान पुत्र का पालन करना सिखाता है। महेश के सामान, कभी कभी, कुसंस्कार से पीड़ित, माया के आवरण से ढ़के जीव के, अज्ञान का नाश करता है। गुरुकृपा का हमारे लिये कितना महत्त्व है, यह हम जब तक अपने गुरु से जुड़ेंगे नहीं, अपने सद्गुरु के चरणों में समर्पित नहीं होंगे, तब तक नहीं जान सकते। गुरु का हमारे जीवन में आना जन्म जन्मान्तरों के पुण्य प्रभाव से ही संभव है। गुरु हमें सदाचरण की ओर प्रेरित करते हैं। हमारे मन में भक्तिभाव जाग्रत करके, परमात्मा से मिलने का मार्ग दिखाते हैं। बिना गुरु की उंगली थामे, हम लक्ष्य पर नहीं पहुँच सकते। गुरु अपने शरणागत शिष्य केए भक्ति पथ को प्रशस्त करके, इस लोक से परलोक तक संबंध बना कर रखते हैं। वे तो अकारण ही, करुणा.वरुणालय हम शिष्यों पर, अपने तप के प्रभाव को भीए बाँट देते हैं।

अपने मानव जन्म को सफल करने के लिये, हम जीवात्माओं को गुरु से "दीक्षा" लेना आवश्यक है। "दीक्षा" में सद्गुरु अपने शिष्य को, एक छोटे से मंत्र सेए अपनी आध्यात्मिक शक्ति प्रदान करता है। यह होता है "दीक्षादान"

गुरु और शिक्षक में बहुत अन्तर होता है। गुरु कूँये के समान होता है और शिक्षक हौज के समान। हौज में भरे हुये पानी से समानए शिक्षक, पाठ्यक्रम के ज्ञान को, शिष्यों को देता है, जो उसका अपना नहीं होता, पढ़ा-पढ़ाया होता है। ज्ञान देकर वो अलग हो जाता है। गुरु शिष्य को अपना, अन्तर्ज्ञान, जो जीवन उसने जीया है, जो अनुभूति उसे हुई है, वो सब प्रदान करता है और देते हुये कभी थकता नहीं है। वास्तविक गुरु, जीवन का हिस्सा बन जाता है। शिक्षक ओर गुरु में एक अन्तर और भी है।

पारस में और संत में, सन्त अधिक कर जान। वो लोहा सुवर्ण करे, ये करे आप समान।।

शिक्षक एक ऐसा पारस है, जो शिष्य रूपी लोहे को सोना बना कर, उसे मूल्यवान और सामर्थ्यवान बना देता है। संतगुरु शिष्य को ऐसा पारस बनाता है, जो अनेकों को सोना बना सकता है। गुरु शिष्य को अपने समान बना देता है।

गुरुतत्व, बड़ा ही अद्भुत तत्व है। वह हमको जीना सीखा देता है। जब गुरु के प्रति, शिष्य की पूर्ण शरणागति होती है, तब गुरु और शिष्य का संबंध और भी गहरा हो जाता है। ऐसे शरणागत शिष्य की, गुरु चाहे दूर हों या पास हमेशा संभाल रखते हैं। प्राचीन ग्रन्थों में हमें गुरुभक्तों के अनेक उदहारण, अनेको प्रमाण मिलते हैं।

गोस्वामी तुलसीदासजी ने "रामचरित मानस" रचना का आरंभ ही गुरु के चरणवन्दना से किया है।

बन्दऊ गुरु पद कंज, कृपासिंधु नर रूप हरि।
महामोह तम पुंज जासु वचन रवि कर निकरि।।

गुरूजी के चरण नख की वन्दना,
श्री गुरु पद नख मनि गन ज्योति।
सुमिरत दिव्य दृष्टि हिय होति।।

गुरूजी के चरणों की रज (धूलि) की वन्दना और महत्त्व-

गुरु पद रज मृदु मंजुल अंजन। नयन अमिय दृग दोष विभन्जन।।

गुरूजी के चरण कमल की वन्दना से सभी तरह के पाप और दोष मिट जाते हैं। जैसे सूर्य के उदय होने पर, अंधकार मिट जाता हैं, वैसे ही, गुरु के वचनों से हमारा महा मोह रूपी अंधकार दूर हो जाता है। उनकी चरण रज रूपी औषधि से सभी भव रोगों का नाश हो जाता है। गुरूजी के चरणों के नखरूपी मणि के प्रकाश से हमारे हृदय में, दिव्य-दृष्टि उत्पन्न हो जाती है और संसार के तमस रूपी कष्टों का निवारण हो जाता है।

हमारे संत श्री कबिरदासजी, जो, निर्गुण, निराकार ब्रह्म के उपासक है। उन्होंने भी गुरु की महिमा, वन्दना और गुणों की भूरि-भूरि प्रशंसा की है। कबीरदास जी के जन्म और जाति का किसी को पता नहीं था। उन्होंने अपने गुरु की कृपा से भक्ति का मार्ग अपनाया। सर्व-धर्म समर्थक बन कर गुरु और परमात्मा का गुणगान किया। संत की उपाधि पाकर, श्रेष्ठ काव्यकारों में स्थान पाया। उनकी सभी रचनाओं, पद, दोहा आदि में संत समागम का वर्णन मिलता है। सार रहित संसार की मोह माया में फँसे मानव को परमात्मा की प्राप्ति का सुगम मार्ग बतलाया है।

सब धरती कागज करूं, लेखनि करूँ वनराय।
सात समन्दर मसि करूँ, गुरु गुन लिखा न जाय।

अर्थात-संपूर्ण धरती को कागज बना लूँ, लेखनि करूँ वनराय यानि सारे वृक्षों की कलम बनालूँ, सातों समुन्द्र की स्याही बनालूँ, फिर भी गुरूजी का गुणगान करना संभव नहीं है।

सद्गुरु दाता मालिक है, भिक्षुक सब संसार।
वही लेवे यह संपदा, जो देवे सर्वस वार।।

अर्थात- सद्गुरु ही दाता हैए बाकी संसार भिक्षुक ही है, जो शिष्य अपना सबकुछ समर्पण करके, पूर्ण शरणागत हो, गुरु को समर्पित होता है, वही गुरु से ज्ञान प्राप्त करने का अधिकारी है। (यहाँ सब कुछ से मतलब अपना अहम्)

अब हमें यह भी समझना अति आवश्यक है कि हमारे जीवन का लक्ष्य क्या है ? गुरु और सद्गुरु में क्या अन्तर है ?

गुरु हमारे अनेक होते है। जिससे हम कुछ भी अच्छा सीखते है वे गुरु होते हैं। सद्गुरु हरेक साधक का एक ही होता है। सद्गुरु हमारी साधना को आगे बढ़ाकर, जीवात्मा का परमात्मा से मिलन कराते हैं। जब तक मिलन नहीं होत। सद्गुरु हमारे साथ रहते हैं। आध्यात्मिक मार्ग में, जो भी समस्याऐं आती हैं, उनका समाधान करके, प्रभु तक पहुँचाने का प्रयास सद्गुरु ही करते है।

गुरु हमें शिक्षा देकरए समर्थ बना कर, हम कुछ बन गये है इस अहंकार से जोड़ता है और स्वाभिमानी बनाता है। सद्गुरु हमारे अभिमान को तोड़कर, हमें परमात्मा की ओर उन्मुख करता है क्योंकि परमात्मा मानव के अहंकार को ग्रहण नहीं करता है।

गुरु कुम्हार, शिष्य कुंभ है, गढ़ि-गढ़ि काढत खोट।
भीतर हाथ सहाय के, बाहर मारत चोट।।

सद्गुरु कुम्हार की भाँति, बर्तन को, सुडोल और सुन्दर बनाने के लिये, भीतर हाथ डाल कर, बाहर से चोट देकर आकार देता है। सद्गुरु उस किसान की भाँति है, जो बंजर भूमि को जोतकर नरम बना करए कंकण, पत्थरों को पृथक करके, भूमि में बीजारोपण करता है। खाद्य पानी देकर, पौधा बनने तकए वृक्ष बनने तक, उस भूमि का संरक्षण करता है। अपने शिष्य को सरलता देकर उसके अज्ञान कोए ज्ञान के प्रकाश से उज्वलित करके परमात्मा तक ले जाने का प्रयत्न करता है। इसीलिये तो संत कहते है।

गुरु गोविन्द दोउ खड़े, काके लागू पाँय।
बलिहारी गुरु आपने, जिन गोविन्द दियो बताय।।

गुरु चरणारविन्द की जय

श्रीमती सरोज जे. अग्रवाल
गोरेगांव, मुंबई

दधीचि ने धर्म को बचाने के लिए दिये अपने प्राण

आलोककुमार अग्रवाल
मुंबई

संसार में समस्त प्राणी अपने लिए जीते है। सभी अपना भला चाहते है लेकिन कुछ व्यक्तित्व ऐसे भी होते है जो परोपकार हेतु अपने हितो का बलिदान कर देते है। हमारे देश में ऐसे अनेक पुरुष सुर नारियां हुई है, जिन्होंने दूसरो की सहायता और भलाई के लिए स्वयं कष्ट सहे हैं।

ऐसे ही महान परोपकारी पुरुषों में महर्षि दधीचि का नाम बड़े आदर के साथ लिया जाता है। महर्षि दधीचि बड़े ज्ञानी थे। उनकी विद्वता की प्रसिद्धि देश के कोने-कोने तक फैली थी। दूर-दूर से विद्यार्थी उनके यहाँ विद्या अध्ययन के लिए आते थे। वे सज्जन, दयालु व उदास थे तथा सभी से प्रेम का व्यवहार करते थे।

महर्षि दधीचि नैमिषारण्य सीतापुर, उत्तर प्रदेश के घंने जंगलो के मध्य आश्रम बना कर रहते थे। उन्ही दिनों देवताओ और असुरो में लड़ाई छिड़ गयी। देवता धर्म का राज्य बनायेरखने का प्रयास कर रहे थे, जिससे लोगो की भलाई व हित होता रहे। जबकि असुरो के कार्य व व्यवहार ठीक नहीं थे। वे पापाचारी थे। लोगो को तरह-तरह से सताया करते थे।

वह अपना प्रभुत्व स्थापित करने के लिए देवताओ से लड़ रहे थे। देवताओ को इससे बड़ी चिंता हुई। देवताओ के हार जाने का अर्थ था असुरो का राज स्थापित हो जाना। वह पूरीशक्ति से लड़ाई लड़ रहे थे। बहुत दिनों से यह लड़ाई चल रही थी। देवताओ ने असुरो को हराने के अनेक प्रयत्न किये किन्तु सफल नहीं हुए।

हताश देवतागण अपने राजा इन्द्र के पास गये और बोले "राजन ! हमें युद्ध में सफलता के आसार नहीं दिखाई पड़ते क्यों न इस विषय में ब्रह्मा जी से कोई उपाय पूछे? इन्द्र देवताओं की सलाह मानकर बह्मा जी के पास गये। इन्द्र ने उन्हें चिंता से अवगत कराया।

ब्रह्मा बोले- हे देवराज! त्याग में इतनी शक्ति होती है कि उसके बल पर किसी भी असंभव कार्य को संभव बनाया जा सकता है।" लेकिन दु:ख है कि इस समय आपमें से कोई भी इस मार्ग पर नहीं चल रहा है। ब्रह्मा जी की बातें सुनकर देवराज इन्द्र चिंतित हो गये। वे बोले- फिर क्या होगा ? श्रीमान ! क्या यह सृष्टि असुरो के हाथ चली जाएगी ? अगर ऐसा हुआ तो बड़ा अनर्थ होगा।

ब्रह्मा ने कहा- आप निराश न हो! असुरो पर विजय पाने का एक उपाय है, यदि आप प्रयास करें तो निश्चय ही देवताओ की जीत होगी। इन्द्र ने उतावले होते हुए पूछा- श्रीमान! शीघ्र उपाय बताएं हम हर संभव प्रयास करेंगे।

ब्रह्मा ने बताया- नैमिषारण्य वन में एक तपस्वी ताप कर रहे है। उनका नाम दधीचि है। उन्होंने तपस्या और साधना के बल पर अपने अन्दर अपार शक्ति जूटा ली है। यदि उनकी अस्थियो से बने अस्त्रों का प्रयोग आप लोग युद्ध में करे तो असुर निश्चित ही परास्त होंगे।

इन्द्र ने कहा- किन्तु, वे तो जीवित है! उनकी अस्थियाँ भला हमें कैसे मिल सकती है? ब्रह्मा ने कहा- मेरे पास जो उपाय था, मैंने आपको बता दिया। शेष समस्याओ का समाधानस्वयं महर्षि दधीचि ही कर सकते है? महर्षि दधीचि को इस युद्ध की जानकारी थी। वे चाहते थे की युद्ध शांत हो। सदा शांति चाहने वाले आश्रम वासी लड़ाई-झगड़े से दुखी होते है। उन्हें आश्चर्य भी होता था कि लोग एक-दूसरे से क्यों लड़ते है?

महर्षि दधीचि को चिंता थी कि असुरो के जीतने से अत्याचार और अनीति का बोल -बाला हो जायेगा। देवराज इन्द्र झिझकते हुए महर्षि दधीचि के आश्रम पहुंचे। महर्षि उस समय ध्यानावस्था में थे। इन्द्र उनके सामने हाथ जोड़कर याचक की मुद्रा में खड़े हो गये। ध्यान भंग होने परउन्होंने इन्द्र को बैठने के लिए कहा, फिर उनसे पूछा- कहिये देव राज ! कैसे आना हुआ? इन्द्र बोले- महर्षि क्षमा करे, मैंने आपके ध्यान में बाधा पहुंचाई।

महर्षि आपको ज्ञात होगा,इस समय देवताओ पर असुरो ने चढ़ाई की हुई है। वे तरह -तरह के अत्याचार कर रहे है। उनका सेनापति वृत्रासुर बहुत ही क्रूर और अत्याचारी है, उससे देवता हार रहे है। महर्षि दधीचि ने कहा- मेरी भी चिंता का यही विषय है, आप ब्रह्मा जी से बात क्यों नहीं करते ?

इंद्र ने कहा- मैं उनसे बात कर चूका हूँ। उन्होंने उपाय भी बताया है किन्तु...।? किन्तु...।? किन्तु क्या? देवराज! आप रुक क्यों गये? साफ़-साफ़ बताइए। मेरे प्राणों की भीजरुरत होगी तो भी मैं सहर्ष तैयार हूँ, विजय देवताओ की ही होनी चाहिए।

महर्षि ने जब यह कहा तो इन्द्र ने कहा- हे महर्षि! ब्रह्मा जी ने बताया है की आपकी अस्थियो से अस्त्रबनाया जाए तो वह वज्र के समान होगा। वृत्रासुर को मारने हेतु ऐसे ही व्रजास्त्र की आवश्यकता है।

इन्द्र की बात सुनते ही महर्षि दधीचि का चेहरा कांतिमय हो उठा। उन्होंने सोचा में धन्य हो गया। मेरा शरीर भले कार्य के लिए प्रयुक्त होगा। उनका रोम-रोम पुलकित हो गया। प्रसन्नतापूर्वक महर्षि दधीचि बोले- देवराज आपकी इच्छा अवश्य पूरी होगी। मेरे लिए इससे ज्यादा गौरव की बात और क्या होगी? आप निश्चय ही मेरी अस्थियो से वज्र बनवाएंऔर असुरो का विनाश कर चारो ओर शांति स्थापित करे।

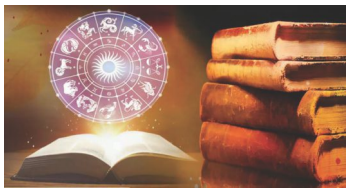
दधीचि ने भय व चिंता से मुक्त होकर अपने नेत्र बंद कर लिए। उन्होंने योग बल से अपने प्राणों को शरीर से अलग कर लिया। उनका शरीर निर्जीव हो गया। देवराज इन्द्र आदर सेउनके मृत शरीर को प्रणाम कर अपने साथ ले आये। महर्षि की अस्थियो से वज्र बना, जिसके प्रहार से वृत्रासुर मारा गया। असुर पराजित हुए और देवताओ की जीत हुई।

महर्षि दधीचि को उनके त्याग के लिए आज भी लोग श्रद्धा से याद करते है। नैमिषारण्य में प्रतिवर्ष फागुन माह में उनकी स्मृति में मेले का आयोजन होता है। यह मेला महर्षि केत्याग और मानव सेवा के भावो की याद दिलाता है।

ज्योतिष

ज्योतिष ऐसा विषय है, जिसे समय अवसर उपलब्धि को एवं अनिष्ट को बताकर अपने मूल कर्तव्य दायित्वों का निर्वहन करता है। ज्योतिष एक व्यक्ति विशेष से लेकर समूर्ण समाज राष्ट्र एव ब्रह्मांड के परिपेक्ष्य में अपनी सार्थकता को प्रमाणित करने का नित्य निरंतर प्रायास करता है।

उसी याथार्त की श्रृंखला को सतत के संदर्भ में कुछ अप्रत्याशित तथ्यों को स्पष्ठ करना चाहूंगा। संवत 2078 की तिमाही और वर्ष 2020 के छः माह बीत चुके है और अभी कोविड-19 की महामारी के दूसरे दौर की भारत समेत विश्व के अनेकों राष्ट्रों ने झंझवत झेला है और तीसरे दौर के रूप में अनेको विचार आ चुके है। डेल्टा प्लस आदि अनादि अनेको दौर के दस्तक प्रतिदिन सुनाई देते है। प्रश्न आज भी अनेको स्तर पर सुलझाने की कोशिश की जा रही है कि क्या कोविड श्रृंखला मनुष्य की प्रक्रिति के साथ छेड़छाड़ की परिणाम है या स्वयं मानव का मानवता के विरुद्ध द्वेष दंम्भ का परिणाम है।



पूर्व के जाने माने भविष्य वक्ता नास्त्रेदमस की भविष्यवाणी का गम्भीरता से मंथन करे तो उनका स्पष्ठ मत है कि जैविक हथियार विकसित होगा जो मानवता के लिये खतरनाक होगा। ज्योतिष गणना भी इसे प्रमाणित करती है यह सौम्यता की साम्यता के खतनक इरादों का छद्म युद्ध है। इस याथार्त पर विवाद हो सकते है लेकिन सत्य तो सत्य है आज नहीं तो कभी यह सच्चाई सम्पूर्ण विश्व के समक्ष उजागर होगी सम्भव है तब तक अत्यधिक क्षति हो चुकी हो।

विश्व एव भरत के विद्वान चिकित्सकों के द्वारा कोविड-19 की तीसरी लहर एव उसके उच्चश्रखला की आशंका व्यर्थ नहीं है। मगर यह घातक होते हुये भी क्षति पहुंचाने में बहुत कारगर नही होगी। आने वाले छ महीनों में विश्व में आर्थिक स्तिथि में प्रगति के अनेको संकेत गणीतिय ज्योतिषी की अवधारणा बता रही है। एक आशंका की अमेरिका में सामाजिक अशांति का माहौल होगा निर्मूल है हा जो गणीतिय ज्योतिष का निर्णय है वह स्पष्ठ संकेत दे रहा है कि उग्रवादी गतिविधियों द्वारा आंख दिखाया जाएगा जिसे टालना संभव नही दिखता। कोविड शृंखला के संक्रमण से निश्चय ही निजात मिलने के प्रबल संकेत है। जिसमे आने वाले दिनों में संकेत मिलेंगे। आने वाले छः महीनों में नौजवानों के लिये सुखद संदेश लेकर आने वाला है सम्पूर्ण विश्व मे उनके आकांक्षो के अनुरुप वातावरण बनाएगा कुछ साधारण अविश्वास के अल्पकालिक वातावरण अवश्य होंगे लेकिन उनका परिमार्जन भी शीघ्र होगा भारत भी अछूता नहीं रहेगा पाकिस्तान में धार्मिक कट्टरता का मजबूत होना इस अवधि में भविष्य को खासा प्रभावित करने वाली होगी।

समूर्ण विश्व मे मानवीय मुलयो की विश्वनीयता के लिये चीन खतरा बना रहेगा और समय समय पर इसके परिणाम विश्व समुदाय को भुगतने होंगे।आने वाले माह में कुछ भयावह स्तितियो के आने की आशंका भी है

जुलाई से दिसंबर एव जनवरी से मार्च

दो काल खंड महत्वपूर्ण होंगे जहां से भारत एव सम्पूर्ण विश्व को एक नई पहल को पहचान मिलेगी भारत का वर्तमान नेतृत्व अपने संक्रमण दौर के अंतिम चरण में है और अब उसे उत्तोरोत्तर अपनी गौरव गरिमा के अनुसार दृढता मिलनी है जो मिलेगी।

नंदलाल मणि त्रिपाठी पीताम्बर
गोरखपुर, उत्तर प्रदेश

चाहत

मेरी सरल सी ज़िन्दगी में, एक हलचल सी हो तुम।
मेरी हँसी की चाहत में, शिकन ले आती हो तुम।
खुश करने की कोशिश में तुमको,
न जाने कितने तरीके आजमाये,
शिकायतों का पिटारा हो तुम
न जाने कितने बहाने ले आयी तुम।
काश ! कभी अपने में भी झाँको तुम,
आईना अपने आप का बनो तुम।
नज़र आये जब तुम्हें अपना किया
फिर न किसी को कोसो तुम।
प्यार पाने की अगर चाहत है
तो उसे देना सीखो तुम ।
हँसना चाहती हो अगर तुम,
हँसाना भी सीखो तुम ।
अभिमान अगर तुमको है,
तो स्वाभिमान भी है मुझको।
किसी की अच्छाई को
नज़रअंदाज़ न करो तुम।
माना कि बहुत फ़क्र है,तुम्हें तुम पर
दूसरों की नज़रों में कभी खुद को तोलो तुम।
वक्त रहते संभल जाओ तो अच्छा है,
नहीं तो सरल जीवन भी एक कठिन परीक्षा है।

श्रीमती रजनी विजय थानवी
बोरीवली, मुंबई

रोटरी क्लब मुंबई नॉर्थ एण्ड
द्वारा
मानव सेवा में मुफ्त संचालित विविध उपक्रम

- सोनोग्राफी व २डी इको की जाँच की सुविधा
- वैद्यकीय सहायता
- मोतिया बिंद का आपरेशन
- पाइल्स, साइनस व स्टोन का नेचरोपैथी द्वारा इलाज
- लेप्रोस्कोपी और डागनोस्टिक टेस्ट
- ऑक्सीजन कन्सन्ट्रेटर की सुविधा

किशोरीलाल झुनझुनवाला
ट्रस्ट चेयरमैन

राज तेजवानी
अध्यक्ष

रमेश अग्रवाल
मेडिकल डायरेक्टर

अलका भंडारी
क्लब सेक्रेटरी

अधिक जानकारी के लिए संपर्क करें :
मोबाइल-नं. 9820523330 / 9833232327

ईमानदारी

वर्मा जी कुछ पैसे निकलवाने के लिए बैंक में गए। जैसे ही कैशियर ने पेमेंट दी वर्मा जी ने चुपचाप उसे अपने बैग में रखा और चल दिए। उन्होंने एक लाख चालीस हज़ार रुपए निकलवाए थे। उन्हें पता था कि कैशियर ने ग़लती से एक लाख चालीस हज़ार रुपए देने के बजाय एक लाख साठ हज़ार रुपए दे दिए हैं लेकिन वर्मा जी ने ये आभास कराते हुए कि उन्होंने पैसे गिने ही नहीं और कैशियर की ईमानदारी पर उन्हें पूरा भरोसा है चुपचाप पैसे रख लिए। इसमें उसका कोई दोष था या नहीं लेकिन पैसे बैग में रखते ही फालतू पैसों को लेकर उनके मन में उधेड़-बुन शुरू हो गई। एक बार उनके मन में आया कि फालतू पैसे वापस लौटा दें लेकिन दूसरे ही पल उन्होंने सोचा कि जब मैं ग़लती से किसी को फालतू पेमेंट कर देता हूँ तो मुझे कौन लौटाने आता है। बार-बार मन में आया कि पैसे लौटा दें लेकिन हर बार कोई न कोई बहाना या कोई न कोई वजह मिल जाती पैसे न लौटाने की।

इसी उधेड़-बुन में वर्मा जी घर पहुँच गए लेकिन उनकी बेचैनी बढ़ती जा रही थी। उन्होंने सोचा कि कुछ देर आराम करने के बाद सब ठीक हो जाएगा। वे लेट गए लेकिन उनके अंदर से बार-बार ये आवाज़ आ रही थी कि तुम किसी की ग़लती से फ़ायदा उठाने से नहीं चूकते और ऊपर से बेईमान न होने का ढोंग भी करते हो। क्या यही ईमानदारी है ? लगभग दो घंटे बीत चुके थे लेकिन उनका द्वंद्व कम होने का नाम नहीं ले रहा था। तभी वर्मा जी एक झटके से उठे। उन्होंने अपने द्वंद्व पर काबू पा लिया था। उन्होंने फ़ौरन बैग में से बीस हज़ार रुपए निकाले और जेब में डालकर बैंक की ओर चल दिए। उनकी बेचैनी और तनाव कम होने लगा था। वे हल्का और स्वस्थ अनुभव कर रहे थे। वे कोई बीमार थोड़े ही थे लेकिन उन्हें लग रहा था जैसे उन्हें किसी बीमारी से मुक्ति मिल गई हो। उनके चेहरे पर किसी जंग को जीतने जैसी प्रसन्नता व्याप्त थी। रुपए पाकर कैशियर ने भी चैन की सांस ली।

कैशियर ने अपनी जेब से पाँच-पाँच सौ रुपए के दो नोट निकालकर वर्मा जी की ओर बढ़ाते हुए कहा, ''वर्मा जी आपका बहुत-बहुत आभार ! आज मेरी तरफ से बच्चों के लिए मिठाई ले जाना। प्लीज़ मना मत करना।'' ''भाई आभारी तो मैं हूँ आपका और आज मिठाई भी मैं ही आप सबको खिलाऊँगा,'' वर्मा जी ने कहा। कैशियर ने पूछा, '' वर्मा जी आप किस बात का आभार प्रकट कर रहे हो और किस ख़ुशी में मिठाई खिलाओगे ?'' वर्मा जी ने जवाब दिया, ''आभार इस बात का कि आपने मुझे आत्म-मूल्यांकन का अवसर प्रदान किया। आपसे ये ग़लती न हुई होती तो न तो मैं द्वंद्व में फँसता और न ही उससे निकल कर अपनी लोभवृत्ति पर क़ाबू पाता। यह बहुत मुश्किल काम था। घंटों के द्वंद्व के बाद ही मैं जीत पाया। इस रूपांतरणकारी दुर्लभ अवसर के लिए आपका आभार।'' वास्तव में ईमानदारी का कोई पुरस्कार नहीं होता अपितु ईमानदारी ही स्वयं में एक बहुत बड़ा पुरस्कार है क्योंकि अपने लोभ पर क़ाबू पाना कोई सामान्य बात नहीं।

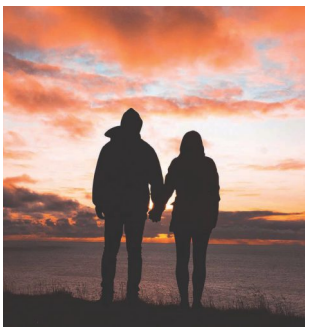
सीताराम गुप्ता
पीतम पुरा, दिल्ली

बदलते रिश्ते

कुछ दिनों से अनिता के पति की तबियत खराब चल रही थी। इधर ठंड इस बार कुछ ज्यादा ही पड़ रही थी तो इस ठंड के प्रकोप से कोई भी अछूता नही बचा था। अनिता के पति राजीव पर भी ठंड का असर कुछ ऐसा हुआ कि उनकी सर्दी ठीक होने को नही आ रही थी। रात को भी जुकाम से नाक बंद हो जाती और सांस लेने में दिक्कत हो जाती। कभी इतनी ठंड लगती के वो बहुत देर तक कांपते रहते और फिर बुखार हो जाता । अनिता रात को भी उठकर कभी उन्हें विकस लगाती ।कभी गर्म पानी देती, कभी हीटर चलाती । कभी उनके सिर पर टोपी उतर जाती तो वो पहनाती और कभी उनकी रजाई ठीक करती कि उन्हें ठंड ना लग रही हो और वो आराम से सो जाएं।

थोड़ी सी तबियत ठीक होती तो राजीव तैयार हो कर आफिस चले जाते। अनिता मना करती तो कहते कि मेरे से नही घर पर बैठा जाता और थोड़ी ज्यादा देर लेटा रहूं तो बोर हो जाता हूँ और काम भी तो देखना जरूरी हैं न।उसके बिना तो गुजारा नही ना।

आज भी जब राजीव ऑफिस से आये तो अनिता ने उनके लिए सब्जियों का सूप बना कर रखा। उनके पहनने के कपड़े रख कर हीटर भी चला दिया और उनका बिस्तर भी सेट कर दिया ताकि उन्हें ठंड में किसी चीज के लिए इंतजार ना करना पड़े।



वो फ्रेश हो कर आये तो बिस्तर में ही उन्हें पहले गर्म गर्मसूप दिया और फिर खाना भी लगा दिया।साथ ही टोपी लाकर भी पहना दी कि उनको सिर पर ठंड लग रही होगी।

जब राजीव खाना खा चुके तो अनिता उनके लिए एक कटोरी में गुड़ ले के आयी और खाने के बर्तन उठाने लगी तो राजीव बोले, “अनिता,इधर आओ मेरे पास बैठो।”

अनिता , “क्या हुआ,कुछ चाहिए आपको। आपकी तबियत तो ठीक है ना।”

राजीव बोले,“अनिता जब से हमारी शादी हुई है तुमने इस घर को खूब अच्छे से संभाला है। मेरी पत्नी और मेरे बच्चों की माँ होने के हर फ़र्ज़ को बखूबी निभाया है तुमने,और मुझे हमेशां इस बात का गर्व है कि तुम मेरी अर्धांगिनी हो।”

लेकिन कुछ दिनों से मैं ये महसूस कर रहा हूँ कि तुम मेरी पत्नी के साथ साथ मेरी माँ भी बन गयी हो। जिस तरह एक माँ अपने बच्चे की हर जरूरत का ख्याल रखती है और बच्चे के बिना कहे ही उसके हर दुख तकलीफ को समझ जाती है उसी तरह तुम भी बिना कहे मेरी हर जरूरत को समझ जाती हो। मुझे किस समय क्या चाहिए तुम्हे पहले से ही पता होता है।

अनिता ने जवाब दिया, “आप सही कह रहे हो जी।एक उम्र के बाद पति पत्नी एक दूसरे के माँ बाप ही तो बन जाते हैं। अगर मैं आप की माँ बन गयी हूं तो आप भी तो मेरे बाप बन गए हो। एक बाप की तरह मेरी हर जरूरत का ध्यान रखते हो।जब भी मुझे कुछ चाहिए होता है उसी समय हाजिर कर देते हो।जैसे एक बाप को अपने बच्चों पर विश्वास होता है उसी तरह आप मेरी किसी भी बात के लिए कभी मुझ से जवाब नही मांगते।

रीटा मक्कड़

समाप्त

गांव के प्राथमिक शाला में घंटी की टंकार के साथ ही बच्चों के समवेत स्वर मैं हूं...हूँ अ ...की आवाज कुछ तो आनंद पैदा करती थी जो आसपास के भेड़ बकरी चराते चरवाहे भी उस ओर तकने लगते थे। कुल जमा जोड सौ बच्चो के स्कूल मे तीन अध्यापक और एक हेडमास्टर साहब नियुक्त थे पर मन लगाकर नौकरी सिर्फ पारिक साहब ही करते थे। पिछले दस वर्षो से इसी स्कूल के नवाअंकुरो को अपनी जड़ो को मजबूत करने मे सहयोग मनोयोग से कर रहे थे। अनुशासन की पालना हो या मनोरंजन से शिक्षा ग्रहण करने की युक्ति,वो भली प्रकार बच्चो को माहौल मे रमा लेते थे। स्वाभाविक रूप से बच्चों का भी स्नेह और सम्मान पारिक सर के लिए अधिक था। नरेश पहली कक्षा मे पढने वाला एक उद्दण्ड बालक था। उसकी शैतानियों का आलम यह था कि पांचवी कक्षा के विद्यार्थी भी उससे कन्नी काटते थे। एक बार वो एक छोटा सांप पकड लाया और उसके फन को डोरी से बांध पांचवी क्लास मे चुपचाप छोड आया। सारे स्कूल मे हडकंप मच गया। फिर हीरो बन के सांप को पकड थैली मे बंद कर इतराने लगा। नित नई शरारतो से वो पूरे स्कूल मे कुख्यात हो गया था। फेल करने का रिवाज प्राथमिक स्कूल मे था नही और नरेश अपनी शैतानियो मे इजाफे के साथ पांचवी उत्तीर्ण कर ली। अभिभावक, अध्यापक मित्र कोई उसके परपीडा से सुख पाने के विचार बदलने मे नाकाम ही रहे। छठी मे प्रवेश लेने से पूर्व वो अपना माइग्रेशन लेने

स्कूल आया तो पारिक सर ने उसे बैठा के समझाया। तुम बहुत मजबूत कद काठी वाले हो और तुम्हे रोज दौडने की प्रेक्टिस करनी चाहिए। तुम एक अच्छे एथलीट बन सकते हो। हायर सेकंडरी स्कूल का मैदान भी बडा है जहां तुम रोज वर्जिश और अभ्यास से अपने शरीर को एक बेहतरीन धावक की शक्ल दे सकते हो। मन के किसी कोने मे नरेश को पारिक सर की बात घर कर गई।

पहले दिन ही नए आठवी के विद्यार्थी से झगडा हुआ और नरेश ने उसे बुरी तरह पीट दिया। सजा मे उसे हाथ ऊपर कर खेल मैदान के तीन चक्कर काटने की सजा सुनाई गई। तमतमाते भाव से पहले तो ढीठ बना खडा रहा फिर उसकी नज़र पारिक सर पर पड़ी, जो पद्दोनती पाकर इस विद्यालय मे आ चुके थे, और वो सजा के लिए दौड पडा। दूर से पारिक सर और स्कूल के पीटीआई मोहन सिंह उसको दौडते देख दंग थे। गठे शरीर की एक एक फलॉग नियमित ढोल के थाप के मानिंद सधे एथलीट का आभास दे रही थी। तीन चक्कर पूरा कर बिना थकावट नरेश जैसे ही अपनी कक्षा मे जाने को उन्मुख हुआ तो मोहन सिंह सर ने उसे इशारे से अपनी ओर बुलाया। पारिक सर भी तब तक उनके पास आ चुके थे। घर परिवार का हाल जानने के बाद मोहन सिंह जी ने उसे आज शाम से ही नरेश को स्कूल मैदान में उपस्थित होने का हुक्म सुना दिया। पारिक सर के सामने वो भी बिना किन्तु परंतु किए सहमती मे सर हिला चला गया। शाम को वो जब मैदान पर पंहुचा तो मोहन सिंह सर पांच और लडको को लाइन मे खडा कर कुछ समझा रहे थे। वो भी चुपचाप लाइन मे खडा हो गया। बाकी सभी बच्चे उससे उम्र और डील डौल मे बडे थे। उसको वंहा देख वो भी चौंक गए। पर फिर सब मोहन सर के निर्देशानुसार अपने अभ्यास मे लग गए। अपने को

शहंशाह समझने वाला नरेश आज पहली बार अपने को दूसरो के सामने कमतर आंक रहा था और दो घंटे की कमरतोड प्रेक्टिस के बाद अपने को पहली बार थका हुआ महसूस कर रहा था।

हफ्ते भर वो प्रभाव वश मैदान मे जाने के बाद अब रोज जाना और शरीर को साधना उसके आनंद का कारण बन गया। बाकी के पांच से भी उसकी अब मित्रता हो गई थी। तीन महीने बाद ही जिला स्तरीय एथलेटिक प्रतियोगिता मे उसे भाग लेने का अवसर मिल गया। १०० मीटर ,२०० मीटर और ४०० मीटर मे हिस्सा लेकर वो तीनो मे दूसरे स्थान पर रहा। पहला स्थान सुरेश को मिला था जो उसके स्कूल का ही था। अपने स्कूल का नाम रोशन कर वो सब खुश थे पर मोहन सिंह सर के चेहरे पर कोई भाव नही थे। "तुम दोनो अपना बेस्ट समय नही छू पाए" कहकर वो चले गए। नरेश और सुरेश को अपने प्रदर्शन की खुशी को वंही विराम देने के सिवाय कोई चारा नही बचा। अगले दिन से फिर और ज्यादा मेहनत से प्रेक्टिस होने लगी। अब सुबह के समय भी सभी धावक मैदान मे समय गुजारने लगे। अधिक अभ्यास का नतीजा उनके सुधरते समय मे दिखने लगा। पंद्रह दिन बाद ही उन्हे राज्य स्तरीय प्रतियोगिता में हिस्सा लेने राजधानी मे जाना था। इसलिए पूरे मनोयोग से अभ्यास और आहार मे ध्यान दिया जा रहा था।

पहली बार एक बडी प्रतियोगिता मे हिस्सा लेने बडे मैदान पर नरेश और सुरेश मोहन सर के साथ खडे थे। अपने स्कूल के साथ अपने जिले के सम्मान का दारोमदार भी उनके कंधो पर था। उद्घाटन समारोह वाले दिन उनका कोई इवेंट नही था। मोहन सर ने उन्हे प्रेक्टिस से मुक्त कर होने वाली प्रतियोगिताओं को गौर से देखने के लिए भेज दिया। गोला फेंक, चक्का फेंक, भाला फेंक जैसे खेल वो पहली बार ही ढंग से देख पा रहे थे। अगली सुबह वो ४०० मीटर की पहली दौड़ हिस्सा लेने मैदान में पहुँच गए। "तुम्हे अपने दौड के सबसे अच्छे समय को पीछे छोडना है।" मोहन सर ने कंधे पर हाथ रख इतना कंहा और पीछे हट गए।

दौड़ में पहला और दूसरा स्थान दोनों ने ही प्राप्त किया और मोहन सर के चेहरे पर मुस्कान थी। दोनों के लिए वो बड़े इनाम से कम नहीं थी। आत्मविश्वास से भरे नरेश ने दो दौड़ में पहला और सुरेश ने एक मे पहला स्थान रिकार्ड समय के साथ प्राप्त किया। मोहन सर ने पहली बार गले लगाकर उन्हे बधाई दी थी और मजबूत दिल के धनी सुरेश की आंख के कोने भी भीग गए थे।

पंद्रह अगस्त के जिला स्तरीय कार्यक्रम मे नरेश, सुरेश के संग मोहन सर का भी सम्मान किया गया। पारिक सर भी उस उपलक्ष पर मौजूद रहकर मोहन सर को आत्मीय बधाई दी। वो साक्षी थे एक भटकते राही को सही राह दिखलाने वाले मोहन सर इस सम्मान से कहीं ज्यादा के हकदार है।

संदीप पांडे
अजमेर

मास्क

कचड़ा गाडी की आवाज सुन मै चून्नी से अपने नाक - मुंह को ढ़कते हुए कचरे का डब्बा उठा और बाहर सड़क पर खडे गाडी की ओर बढी। डब्बा खाली करते हुए गाड़ीवाले को देख मैने पुछा, "तुमने मास्क क्यों नही पहना ? जानते नही..कोरोना कितनी खराब बीमारी है ?" "जानता हूं मेमसाब!" "जानते हो... फिर भी ! इसका कोई इलाज नही भाईया, बस बचाव ही इलाज है। इसलिए लापरवाही अच्छी नही।" मेरी बातों को अनसुना कर वह आगे बढ़ने लगा, मैंने उसे समझाते हुए कहा, "देखो, मुझे सिर्फ अपने घर से बस सड़क तक ही आना था, तब भी मैने इस चुन्नी से अपना बचाव कर रखा है। तुम्हे तो सड़क पर घुमना है, बहुत से लोगो के संपर्क मे आना है इसलिए मास्क पहनना बेहद जरूरी है, और अब तो मास्क न पहनने पर फाईन भी हो सकता है।"

इस बार भी उसने कोई जवाब नही दिया बस पल भर को मेरी ओर देखता रहा, फिर सिर झटक कर आगे बढने को हुआ। उसके इस रवैए पर मुझे भी खिझ सी हुई, अपने गेट के अंदर आकर मैने भी झटके से गेट बंद कर लिया। अभी मै पलटी ही थी कि, उसने पीछे से आवाज लगाई, "मैडम, मुझे पता है आप मेरे भले के लिए कह रही हैं पर क्या होगा जो ये बिमारी हमें हो जाए! हमारी मौत कि भला इतनी फिक्र क्यों ? हम तो मरते ही रहते है। कभी ठंढ़ से ठिठुर कर, कभी लू से तड़प कर तो कभी बरसात के दिनों मे हमारी बस्ती की बजबजाती नालियों, गलियों के कारण फैले बिमारियों के चपेट मे आकर। आज से पहले हमारी लाचार चींखें कभी किसी के कानों तक नही पहुंची। फिर आज हमारे अदने से छिंक से सर्व शक्तिमानों की नींद क्यों उड़ी हुई है ? चिंता किसकी है, हमारी या...।"

अपने वाक्य को अधूरा छोड, कई जगहों से फट चुके अपने गमछे से अपनी नाक-मुंह को ढ़कने का असफल प्रयास करता वह आगे बढ़ गया और छोड गया अपने अधूरे वाक्य!

ऊषा कुशवाहा
हुरलुंग रोड, जमशेदपुर

वसीयत

मनीष कबीर को लेकर घर आ गया। अस्पताल से छुट्टी मिलने के बाद कबीर ज़िद कर रहा था वापिस रिक्शा चलाने की लेकिन मनीष ने उसकी एक नहीं सुनी और अपने बंगले के अतिथि कक्ष में ले जाकर उसका सामान रख दिया। सामान के नाम पर भी एक छोटे से थैले में उसके एक जोड़ी कपड़े ही थे। बंगले में कबीर असहज महसूस कर रहा था। इतने सुविधा जनक घर में रहने की उसे आदत नहीं थी। वातानुकूलित कमरे में उसे घुटन महसूस होती थी। बस एक ही सुकून भरी जगह थी जहां वह अधिक समय बिताता था, पुस्तकालय में। मनीष के पिता पढ़ने के शौकीन थे इसलिए अपने बंगले में उन्होंने एक पुस्तकालय भी बनवाया था। जिसमें सभी अच्छी पुस्तकें थी। मनीष की मम्मी और चाचा नहीं चाहते थे कि कबीर घर में रहे। एक महीना भी पूरा नहीं हुआ था मनीष के पिता की मृत्यु को। किसी अजनबी को घर में रखकर, घर का पूरा भेद उसे देना था। मनीष दिन में एक बार कबीर के पास अवश्य जाता था। गपशप करता, साथ में बैठकर चाय पीता,कोई किताब पढ़ता या कोई पुरानी फिल्म देखता और वापिस आ जाता। जाने क्यों बड़ा सुकून मिलता था उसे कबीर के पास होने से। उसकी बातें, उसके विचार किसी रिक्शा वाले के बिलकुल नहीं थे। मनीष यही जानना चाहता था कि इतना सभ्य व्यक्ति रिक्शा चलाने वाला कैसे हो सकता है ?

मनीष के पिता के बारे में कबीर बहुत कुछ जनता था। रोज़ ही उनके बारे में बात होती। इतनी बातें मनीष उनके जीते जी भी नहीं जान पाया था। पिता बहुत व्यस्त रहते थे । मनीष बोर्डिंग स्कूल में पढ़ाई करने के बाद उच्च शिक्षा के लिए विदेश चला गया था। विदेश से वापिस आया तो पिता चाहते थे कि वो अपनी कंपनी में काम करना शुरू करे। लेकिन एक सामान्य कर्मचारी की तरह। मनीष अपने बलबूते पर कोई दूसरी नौकरी ढूंढ रहा था। अपनी ही कंपनी में नौकर बनना उसे पसंद नहीं था।

पिताजी अपने आदर्शों पर अड़े थे और मनीष अपनी ज़िद पर। जिस समय उसके पिता को दिल का दौरा पड़ा वह अपने दोस्तों के साथ दक्षिण भारत भ्रमण पर गया हुआ था। सूचना मिलने पर वापिस आया लेकिन पिता उससे पहले ही दुनिया को छोड़ चुके थे। कबीर को भी उसके पिता के साथ ही अस्पताल में भर्ती कराया गया था लेकिन अस्पताल की फीस नहीं चुका पाने के कारण उसको छुट्टी नहीं दी गई थी। मनीष को जब पता चला तो उसने कबीर का अस्पताल का बिल देकर उसकी छुट्टी करवाई। जब कबीर ने बताया कि वह उसके पिता की कंपनी में ही काम करता था तो मनीष उसे घर ले आया था। शायद अपने पिता को खो देने के दुख से उबरने के लिए।

कबीर को घर में आए एक महीना पूरा होने वाला था। मां और चाचा रोज़ ही पूछ लेते थे कि वह कब घर से जायेगा ? मनीष चुप रहता। आज सुबह उसके कमरे में गया तो वह नहीं था। लॉन में, पुस्तकालय में कहीं भी नहीं था।

मनीष ने घर के नौकरों से भी पूछताछ की लेकिन कबीर कहीं नहीं मिला। मनीष उदास हो गया। खुद को समझा रहा था कि जब पिता ही नाराज़ होकर चले गए तो किसी अनजान से कैसे उम्मीद की जा सकती है कि वो घर से जाए तो मनीष को बताकर जाए। एक दिन सुबह सोते उठते ही मनीष ने अखबार देखा तो उसके होश उड़ गए। उसके पिता की कंपनी किसी विदेशी कंपनी ने खरीद ली थी जिसका मालिक एक भारतीय मूल का व्यक्ति था। वह शानदार बंगला जिसमे मनीष का परिवार रहता था, नीलाम होने वाला था। पिता को खोने का क्या मतलब होता है, यह आज मनीष समझ पा रहा था। कंपनी के सीईओ ने फोन करके बताया कि कंपनी के नए मालिक आज आने वाले हैं। मनीष आज पहली बार अपनी कंपनी के कार्यालय में खड़ा था।

मिस्टर खुशवंत, नए मालिक उसके पिता की कुर्सी पर विराजमान थे। उन्होंने कुर्सी उल्टी की हुई थी। उसी तरह बैठे बैठे बोले,"मिस्टर मनीष, आपका स्वागत है, आपकी कंपनी में। मुझे पता चला है आप पहली बार कार्यालय में आए हैं। कृपया बैठिए।" मनीष बैठना नहीं चाहता था लेकिन सीईओ के इशारे पर उसे बैठना पड़ा। मिस्टर खुशवंत ने कुर्सी सीधी कर ली। मेज़ पर रखा एक कागज़ मनीष की ओर बढ़ा दिया। मनीष ने कागज़ हाथ में लिए बिना ही कहा,"मैं जानता हूं सर, आप हमारी कंपनी खरीद चुके हैं। यदि हो सके तो बंगले की नीलामी रुकवा दें। मुझे थोड़ा समय चाहिए अपने परिवार के लिए दूसरी व्यवस्था करने के लिए। पिताजी चले गए हैं।

यह सब सुनकर मां भी विचलित हो जाएंगी। पढ़ा लिखा हूं, जल्द ही नौकरी ढूंढ लूंगा और अपने परिवार का इंतज़ाम कर लूंगा।" मिस्टर खुशवंत कुर्सी से खड़े हुए, कागज़ उनके हाथ में था। एक नौकरी इस कंपनी में भी है, अगर आप उचित समझे तो। उन्होंने प्रश्नवाचक निगाहों से मनीष की ओर देखा। "जी नहीं श्रीमान, मैं किसी दूसरी कंपनी में काम कर लूंगा। आप दे सकते हैं तो थोड़ा समय दीजिए बस।" कहकर मनीष चलने के लिए उठा। "एक महीना तो दे ही सकता हूं, आपका अहसान भी तो चुकाना है मनीष साहेब।" मनीष चलते चलते पीछे मुड़ा , कैसा अहसान ? मिस्टर खुशवंत मुस्कुराए। मेरे पिता कबीर चंद को अपने घर में एक महीना रखकर जो आपने मुझ पर किया है। मनीष हैरान था साथ ही खुश भी, कबीर की सूचना मिलने पर। अभी कहां पर वो ? मनीष खुद को रोक नहीं पाया। साथ ही हैरान था यह जानकर कि एक रिक्शा वाले ने इतनी बड़ी कंपनी खरीद ली थी।

खुशवंत ने उसकी बात का जवाब दिया, दो दिन बाद भारत वापिस आ रहे हैं। आपसे अवश्य मिलेंगे। वो रिक्शा चलाया करते थे फिर तुम्हारे पिताजी ने उन्हें कंपनी में काम दिया। उनकी लगन देखकर तुम्हारे पिताजी ने उन्हें विदेश में एक कंपनी खोलकर उन्हें उसका डायरेक्टर बना दिया। अभी पिछले महीने उन्होंने मेरे पिता को अचानक भारत बुला लिया।

एक दुर्घटना हुई और वो अस्पताल में तुमसे मिले। मनीष सब सुन रहा था। अचानक बोला, "फिर बिना बताए चले क्यों गए ?" मिस्टर खुशवंत हंस पड़े ,भाई हमेशा के लिए तुम्हारे पास आ रहे हैं। विदेश का काम मैं संभाल लूंगा। मनीष इतने दिनों में पहली बार मुस्कुराया था। वह चलने को हुआ तो मिस्टर खुशवंत ने फिर आवाज़ लगाई, "मनीष ये लेकर जाओ, तुम्हारे पिताजी की वसीयत है।"

मनीष ने भारी मन से कागज़ हाथ में पकड़ा। उस पर बस इतना ही लिखा था। "तुम्हारे ऑफिस में तुम्हारा स्वागत है, बेटा। मुझे पता था एक दिन तुम यहां ज़रूर आओगे।" नीचे मनीष के पिता के हस्ताक्षर थे।

अर्चना त्यागी
जोधपुर राजस्थान

समलैंगिकता

समलैंगिकता एक अहम मुद्दा है, जो कुछ लोगों की नज़र में अपराधिक प्रवृत्ति मानी जाती है, इस विषय पर सभी के अपने-अपने विचार है, कुछ की नज़र में यह रिश्ता जिसे स्त्री समलिंगी को लेस्बियन और पुरुष समलिंगी को गे भी कहा जाता है, मान्यता मिलनी चाहिए,जो किसी हद तक सही भी है और ग़लत भी। काम-वासना हर मन में होती है जो प्राकृतिक है, लेकिन कभी किसी का झुकाव विपरीत लिंग की तरफ हो जाता है, तो कभी किसी का समलिंग अर्थात अपने ही लिंग की तरफ जो किसी तरह से अपराध नहीं, मन में जब काम की तीव्र उत्पत्ति होती है तो उसे ये सुझाई नहीं देता कि सामने वाला विपरित लिंग है या सम लिंग, उसे केवल प्यार जताना या प्यार पाना या कहें कि खुद को यौन संबंध द्वारा तृप्त करना है। इसे हम ईश्वर की चूक भी कह सकते हैं, या हार्मोन की वजह से भी ऐसा हो जाता है, जैसे कोई लड़का पैदा हुआ उसका शरीर लड़के का है लेकिन अन्दर से वो लड़की की तरह है, ये हार्मोन प्रोब्लम ही होती है। जिसे वो ना तो सही उजागर कर पाते हैं और ना ही छुपा पाते हैं।

कुछ समय पहले तक लेस्बियन या बाईसेक्सुअल को अपराधिक माना जाता था, समलैंगिक विवाह को भले ही स्विकृति नहीं मिली,लेकिन २००९ में धारा ३७७के अन्तर्गत हाईकोर्ट द्वारा इस रिश्ते को मान्यता देने के बाद लोगों का नजरिया बदला और समलैंगिक के लिए पोर्नोग्राफी और अश्लीलता जैसे शब्द भी बदले और लोग खुलकर सामने आने लगे ।

मगर कुछ धार्मिक संगठन भारतीय संस्कृति के अनुसार इसे ग़लत करार देते हैं। कुछ लोगों का मानना है कि यह दो हताश, असफल और नाउम्मीद लोगों द्वारा सहमति से किया व्यभिचार है और यह अप्राकृतिक है, जिसे मान्यता नहीं मिलनी चाहिए। २०११ में केन्द्रीय स्वास्थ्य मंत्री गुलाब नबी आज़ाद ने इसे अप्राकृतिक और गंभीर दिमागी बिमारी बताया था, उनका अर्थ ये था कि ये शारिरिक नहीं मानसिक बिमारी है जो जल्द ही भंयकर सामाजिक बिमारी बन जाएगी, उनके इस कथन पर लेस्बियन और बाईसेक्सुअल लोगों ने विरोध किया था, जिसमें बालीवुड की कई मानवाधिकार संस्थाओं ने भी साथ दिया था।

कहीं ना कहीं ये पाश्चात्य सभ्यता का ही असर है, पाश्चात्य संस्कृति में फूहड़ और भद्दे प्रयोग वहां के लोगों के लिए कोई नई बात नहीं है। पाश्चात्य देशों में ऐसे हालात हो गए हैं कि व्यक्ति के पारस्परिक संबंध भी केवल भोग-विलास तक ही सीमित रह गए हैं । समलैंगिकता के संबंधों को भी वो एक अनोखे प्रयोग और फ़न के तौर पर लेते हैं। उन्हें ये सामान्य संबंधो से अधिक उत्साही लगता है, जिसका अनुसरण भारतीय एक भेड़- चाल की तरह आंखें मूंद कर करते हैं, माडर्न और अपडेट रहने के चक्कर में अपनी मौलिकता और संस्कृति का भी अपमान करते हैं । ये तथ्य भी कुछ सही या ग़लत नहीं कहा जा सकता हो सकता दो पुरुष या महिलाएं अन्य रिश्तों से हताश होकर आपस में आकर्षित होते हों,एक धारणा यह है कि बचपन में विषमलिंगी का प्रयाप्त सहयोग ना मिलना भी समलैंगिक का कारण बन सकता है, एक धारणा यह भी हो सकती है कि यदि पुरुष को नारी से और नारी को पुरूष से अगर बहुत दूर रखा जाए तो वो अपने ही लिंग में उसे ढुंढने की कोशिश करता है, पति-पत्नी की सेक्स लाइफ, समागम की अनुकूलता ना होना भी इसका कारण माना जाता है। कहीं-कहीं बेलगाम मौज -मस्ती, स्वच्छंद भोग-विलास की लालसा के रूप में जन्म लेती है, यकीनी तौर पर कुछ भी कहना कठिन है। एक समलैंगिक की मानसिकता वहीं बता सकता है । एक तरह से देखा जाए तो जैसे हम सैक्स को छुपाते हैं, कोई भी मानव जाति में सैक्स खुलेआम नहीं करता देखा जाता, केवल पशु जाति को ही जैसे श्वान खुलेआम सैक्स करते हैं, अगर इस रिश्ते को खुलेआम मान्यता दे दी तो आने वाले समय में मानव जाति भी श्वान की तरह ही खुलेआम सैक्स करती नजर आएंगी, अनुसंधानों से यह स्पष्ट हुआ है कि समलैंगिकता अनुवांशिक नहीं है, यह एक सीखी हुई आदत है जिसे चाहने पर छोड़ा भी जा सकता है, पुरुष-पुरूष यौनाचार में एड्स और स्त्री समलैंगिक में ह्यूमन पेपिलोमा वायरस, हर्पिस आदि बिमारियां तेज़ी से फैलती हैं, इसके अलावा समलिंगियो में सिफलिश, हेपेटाइटिस बी, गोमोनिया, यौन- जनित अनेकों बिमारियां महामारी की तरह फैलती हैं।इसलिए इस रिश्ते को भी पर्दे में ना रखा तो आज की युवा पीढ़ी पर इसका दुष्प्रभाव ही पडेगा, यह एक प्रदूषण की तरह है जो धीरे-धीरे समाज को अपनी चपेट में ले लेगा। लेस्बियन, बाईसेक्सुअल को खुलेआम मान्यता देने से समाज में एक और भंयकर मानसिक बिमारी की बढ़ोतरी हो सकती है, युवा वर्ग पर इसका ग़लत असर पड़ सकता है । समलैंगिक को प्रताड़ित करने या मज़ाक बनाए जाने की बजाए उन्हें समझाया जाना चाहिए, कि यह कोई मानसिक बिमारी नहीं है, इससे आसानी से छुटकारा पाया जा सकता है, ऐसे लोगों को सहानुभूति और इलाज की आवश्यकता होती है। दैहिक सुख की भोगवादी लालसा में समलिंगी अपने जीवन को खोखला बना रहे हैं, इस समस्या का निदान समलिंगी विवाह अनुमति में नहीं अपितु इलाज और समाधान में है।

प्रेम बजाज,
जगाधरी (यमुनानगर)

तिखी मिर्ची

हैलो प्रिया, मैं तन्वी कैसी है ?

प्रिया - मैं ठीक हूं तू बता कैसी है ? और कहां से बोल रही है ?

तन्वी - मैं अपने शहर भागलपुर आई हूं और एक घंटे में तुझसे मिलने आ रही हूं। तूझे कहीं जाना या कोई काम तो नहीं है न ?

प्रिया - नहीं... मैं घर पर ही रहती हूं। आजा !

तन्वी- ठीक है फिर आती हूं। और फोन कट गया।

प्रिया उसके आने से पहले अव्यवस्थित घर को थोड़ा व्यवस्थित कर अपने बगीचे से लाल गुलाब तोड़कर जो कि उसे और तन्वी को बहुत पसंद था...गुलदस्ते में लगा कर सोफे के बीच सेंटर टेबल पर रख दी।

तन्वी- अरे ये क्या हो गया है तूझे ? तू ठीक तो है ? क्या हुलिया बना रखा है ?

प्रिया- अंदर आ, बैठ कर बातें करते हैं। तन्वी- चल बता क्या बात है ?

प्रिया- मैं अभी कॉफी लेकर आती हूं फिर सब बताती हूं। प्रिया कॉफी के साथ कुछ मीठा और नमकीन लेकर आ गई। तन्वी उससे सवाल पर सवाल किए जा रही थी।

प्रिया- क्या बताऊं शादी के बाद सब कुछ बहुत अच्छे से और खुशहाल जीवन व्यतीत कर रहे थे हम पंकज मुझे बहुत प्यार करता था। इसी दौरान एक साल के अंदर ही मेरी सास और ससुर चल बसे। उस समय मैं मां बनने वाली थी...। उनके जाने के बाद पंकज बहुत टूट गया था उदास रहता, उसको संभालते हुए मैं अपना ध्यान ठीक से रख नहीं पाई जिससे हमारा बच्चा कमजोर पैदा हुआ और कुछ महीने... और जोर जोर से रोने लगी। तन्वी उसे आश्वासन दे समझा कर चुप कराई।

प्रिया-पंकज ने सारा इल्जाम मुझ पर लगा दिया की मेरे ही वजह से मां बाबा और बेटा...

उसके बदलते उपेक्षित व्यवहार और तीखे कटाक्ष सहते सहते मैं ब्लड कैंसर से ग्रशित हो गई। डॉक्टर ने खट्टा, मीठा ,तीखा, तेल मशाला, तला छना खाने से मना किया है।

तन्वी-फिर भी तू ये मिर्ची वाले पकौड़े तल कर ले आई और मजे से खा भी रही है। पंकज को पता है ? प्रिया-हां.. पर उसे कोई मतलब नहीं है और पकौड़े लेकर खाने लगी। तन्वी उसके हाथ से पकौड़े छीन ली...। प्रिया-नहीं तन्वी ! उसके तीखे कटाक्ष मिर्ची से भी ज्यादा तीखा है जो, सीधे मेरे दिल को छलनी करते हैं... उसके आगे मिर्ची का तीखापन तो कुछ भी नहीं है। तू तो जानती है मुझे तीखा खट्टा खाना कितना पसंद है। अब जीना नहीं चाहती, किसके लिए जिऊं ? कौन है ?और जोर जोर से रोते हुए खांसते खांसते मुंह से रक्त प्रवाह होते हुए सिर तन्वी की बाहों में लुढ़क गया। पंकज के पास..अब सिर्फ पछतावा ही रह गया ।

रीता मिश्रा तिवारी
भागलपुर, बिहार

रोटरी क्लब ऑफ वेस्ट एण्ड ने सदस्यों का किया सम्मान

२७ जून, २०२१ को द क्लब, मुंबई में आयोजित एक भव्य समारोह में क्लब अध्यक्ष रो. पंकज रुईया ने प्रेसीडेन्ट नाईट का आयोजन किया। उन्होंने वर्ष २०२०-२१ में अपने अध्यक्षीय कार्यकाल में किए गए समाजोपयोगी सेवाओं के बारे में विस्तृत रुप से जानकारी दी। साथ ही साथ जिन सदस्यों ने इस वर्ष की कामयाबियों विशेष योगदान दिया उन्हें सम्मानित किया गया।

अध्यक्ष पंकज रुईया ने सभी सदस्यों के प्रति आभार व्यक्त किया और कहा कि उनकी सेवाओं को वे हमेशा याद रखेंगे। क्लब सेक्रेटरी रो. डॉ. अभय अग्रवाल ने कार्यक्रम का संचालन किया आगामी वर्ष को और बेहतर बनाने के लिए प्रेसीडेन्ट इलेक्ट रो. विशाल सेठी को शुभकामनाएँ दी। इस अवसर पर रोटरी डिस्ट्रिक्ट ३१४१ की तरफ से रो. शिल्पी मेहरा व रो. फनिश शेट्टी ने उपस्थित रहकर क्लब के द्वारा किए गए कार्यों की स्तुति की।

क्लब के लार्ज हार्टेज रो. मोनिश बच्चू को क्लब की तरफ से द गोल्डेन हार्ट अवार्ड से सम्मानित किया गया।

वर्ष २०२०-२१ के सर्विस अबोव सेल्फ अवार्ड से रो. भरत झुनझुनवाला हुए सम्मानित।

वर्ष २०२१-२१ के पिलर्स ऑफ द क्लब अवार्ड से रो. जितेंद्र कामरा हुए सम्मानित।

रो. डॉ सौम्या अग्रवाल को क्लब की तरफ से पिलर्स ऑफ द क्लब अवार्ड से हुई सम्मानित।

वर्ष २०२०-२१ के सर्विस अबोव सेल्फ अवार्ड से रो. भरत झुनझुनवाला हुए सम्मानित।

रो. हेमांशू रुईया को एप्रीसियेशन अवार्ड से सम्मानित करते हुए अतिथिगण

रो. गौरव काबरा को उनकी सेवाओं के लिए सम्मानित करते हुए अतिथिगण

रो. निखिल राजपुरिया को एप्रीसियेशन अवार्ड से सम्मानित करते हुए ।

रो. श्याम अवस्थी को क्लब की तरफ से सम्मानित करते हुए।

रो. रोहित अग्रवाल को एप्रीसियेशन अवार्ड से सम्मानित करते हुए।

मीरा भायंदर नवरत्न तथा गौरव सम्मान

मैं भारत हूँ संघ नामक राष्ट्रीय संस्था द्वारा ज़ूम पर ५ जून २०२१ को आयोजित एक ई-कार्यक्रम में मीरा भायंदर की विभिन्न क्षेत्रों की जानी-मानी हस्तियों को सम्मानित किया गया। मीरा भायंदर की विभिन्न संस्थाओं से जुड़े सुप्रसिद्ध समाजसेवी नरेंद्र गुप्ता, समाजसेवी नंदू पोद्दार, राजेंद्र मित्तल वैश्विक हिंदी सम्मेलन के निदेशक व जेसलपार्क चौपाटी कल्याण समिति के अध्यक्ष डॉ एम.एल. गुप्ता, नगर सेविका शानू गोहिल, समाजसेविका योगिता शर्मा, साहित्यकार मुरलीधर पांडेय को मीरा-भायंदर नवरत्न सम्मान से विभूषित किया गया।

समाजसेवी श्री राजेंद्र डाखवे, मुरली अग्रवाल, जीवदया सेनानी नयना मालोडे, जन शिक्षण व जागरूकता के लिए निर्मला नरेश कौशिक, गायन और संगीत के लिए नीरज कुमार, युवा समाजसेवी अमित अग्रवाल पत्रकारिता के लिए धीरज परब और समीर श्यामसुंदर मालपानी तथा जलसंरक्षण अभियान के लिए भरत मिश्रा और सुशील मिश्रा को मीरा भायंदर गौरव सम्मान से विभूषित किया गया।

कार्यक्रम में संस्था के राष्ट्रीय अध्यक्ष बिजय कुमार जैन ने कहा कि 'सभी भारत वासियों का यह दायित्व है कि हम अपने देश को पहचानें।" इतिहास और संस्कृति के उदाहरण देते हुए उन्होंने कहा कि हमारे देश का नाम भारत है इंडिया नहीं है लेकिन अंग्रेजों ने इसका नाम इंडिया करके इसके मूल नाम को समाप्त करने की कोशिश की है। दुनिया में सभी देशों का एक ही नाम है लेकिन हमारे यहां भारत नाम के ऊपर इंडिया को थोप दिया गया है, जिसे हटाने लिए संस्था द्वारा राष्ट्रीय स्तर पर न केवल अभियान चलाया गया है बल्कि न्यायपालिका और सरकार से भी इंडिया शब्द को हटाने की मांग की गई है।

संस्था के राष्ट्रीय संगठन मंत्री श्री कानबिहारी अग्रवालजी ने संस्था की गतिविधियों की जानकारी देते हुए इस अभियान को जन-जन तक पहुंचाने की बात कही। कार्यक्रम में राष्ट्रीय महामंत्री शोभा सादानी, दिल्ली से कृष्ण कुमार नरेड़ा, बेंगलुरु से श्री ललित ढाकलिया ने भी अपने विचार रखे कार्यक्रम का संयोजन राष्ट्रीय कार्यक्रम प्रभारी श्रीमती अनुपमा शर्मा ने किया। उपस्थित सभी वक्ताओं ने भारत का नाम केवल भारत ही रखे जाने के संबंध में हर संभव प्रयास करने और इसके लिए जन जागरण अभियान चलाने की बात की। स्थानीय नगरसेविका श्रीमती शानू गोहिलने भारत का नाम केवल भारत रखे जाने के संबंध में मीरा भायंदर महानगर पालिका में प्रस्ताव लाने की बात कही। कार्यक्रम के अंत में सभी ने भारत को केवलभारत पुकारने की शपथ ली।

कार्यक्रम का संचालन श्रीमती निशा लड्ढा ने तथा परिचर्चा का संचालन डॉ. एम. एल. गुप्ता 'आदित्य' द्वारा किया गया।

बृज-गौरव-पुंज पताका हो तुम !

स्वर्गीय
श्रीमती सुमनदेवी अग्रवाल / गोयल
को समर्पित

परिवार-रत्न हो, बृज की गरिमा, बृज-गौरव-पुंज पताका हो तुम
आदर्श बहू, बृज-परिवारों की, सोने जैसी बहुरानी हो तुम
गृह-लक्ष्मी हो, कुल की शोभा, कुल-भूषण, बृज-नारी हो तुम
मुस्कान मयी, मोती बिखराती, कुशल गृह की स्वामिनी हो तुम
करूणामयी तुम ममता की सूरत, स्नेह-प्यार की प्रतिमा हो तुम
वात्सल्य-प्रेम की निर्झरिणी हो, अविरल बहती रस-धारा हो तुम
परिवार-रत्न हो, बृज की गरिमा
बृज-गौरव पुंज पताका हो तुम
रत्न-जड़ित मन सुमन है सुंदर, फूलों सा कोमल हृदय तुम्हारा
सरल सौम्य व्यवहार है निर्मल, शहद सा मीठा संवाद तुम्हारा
सद्गुण खान बसी है तुझमें, दुर्लभ गुण तुमने यह पाया
जिनसे भी मिलती हो जीवन में, उसे सहज बना लेती हो अपना
दर्द पराया तुम देख न पातीं, हृदय पिघलता संबल बन जातीं
गंगा-जमुना बहती आँखों से, ठेस कभी जो उर को लग जाती
परिवार-रत्न हो, बृज की गरिमा
बृज-गौरव-पुंज पताका हो तुम
मेरे जीवन की सुषमा हो तुम, मृदुलता का आभास तुम्हीं हो
निर्मल सरल, उदार और भावुक, जीवन का सौंदर्य तुम्हीं हो
प्रेम का उत्तम रूप हो तुम, सुंदरता का प्रतिरूप हो तुम
लाजवंती की उपमा हो भाषित, सुरभित सौरभ समीर हो तुम
चम्पा-बेला की खुशबू से दिन, घर-आँगन महकाती हो तुम
शीत निशा में जसवंती वासित, धवल चाँदनी बिखराती हो तुम
परिवार-रत्न हो, बृज की गरिमा
बृज-गौरव पुंज पताका हो तुम
शालीन हृदय की आभा मुख पर, जीवन मुस्कान से भरती हो तुम
मन्द-भाषिणी और बोल मधुर हैं, मृदुल शब्दों की परिभाषा हो तुम
भुलाये नहीं भुला पाता है कोई, मुस्कान भरा वो अनुरोध तुम्हारा
खिलाना अपने हाथों से सम्मुख, अपनेपन का अनुपम वो नजारा
स्नेह-प्रेम की डोरी से तुमने, सब रिश्तों को बाँधा था ऐसे
वात्सल्य-प्रेम का रंग भी तुमने, प्रांगण में बरसाया था ऐसे
परिवार-रत्न हो, बृज की गरिमा,
बृज-गौरव-पुंज पताका हो तुम
आतिथ्य-सम्मान व गुरु की सेवा, सब धर्म निभाये थे तुमने ही
करने में सत्कार न रखी कोई सानी, भूली चाहे वो अपना दाना-पानी
कार्य निरन्तर सब करती रहतीं,परवाह अपनी वो कभी न करतीं
विपदायें सब, दूर सभी की हों, चाहत मन में हरदम यह रखतीं
सम्मान बड़ों का सर्वोपरि था घर में, वचन व इच्छाओं का पालन उनकी
खूब निभाया तन मन और जतन से,सेवा-प्रसाद सम माना हरदम ही
परिवार-रत्न हो , बृज की गरिमा
बृज-गौरव-पुंज पताका हो तुम
सदा पूजनीय मम्मी जी- बाबूजी , आशीष मिले हरदम ही मन से
खुशियाँ मिलती अम्माजी की सेवा में , बाबा तो बस फूले नहीं समाते थे
कोटिक आशीष व कृपा बड़ों की,वरद् हस्त सिर पर सदा हमारे
बना घर-संसार ,सजी यह बगिया, फले-फूले महके सुन्दर फुलवारी
श्रद्धा-भक्ति का संगम है अनुपम, सेवा-सत्कार का यह रूप निराला
अभिनव है दिव्य-चेतन, उसे नमन है, अनोखा है व्यक्तित्व, उसे नमन है
परिवार-रत्न हो बृज की गरिमा, बृज-गौरव-पुंज पताका हो तुम
आदर्श बहू, बृज-परिवारों की, सोने जैसी बहुरानी हो तुम

चंद्रकान्त अग्रवाल
एवं
समस्त बृजवासी परिवार

पारिवारिक परंपराएं निभाएं, कुछ नई भी बनाएं

हिंदी कविता ने बहुधर्मिता की विसात पर हमेशा ही अपनी ज़मीन इख्तियार की है। इस बात की पुष्टि हर युग के कवियों द्वारा की गई कृत्यों से प्रतीत होती रही है। हिंदी कविता ने रामधारी सिंह दिनकर की क्षमता का उपयोग कर के राष्ट्र आह्वान का मार्ग प्रशस्त किया और साथ ही साथ आम आदमियों की दिक्कतों और रोज़मर्रा की समस्याओं को भी बेहद गंभीरता से उजागर किया है। अगर कोई साहित्य उस वर्ग की बात नहीं कर पाता जो मूक और बधिर है तो फिर साहित्य को अपने नज़रिये को बदलने की महती आवश्यकता होती है। रामधारी सिंह दिनकर सरीखे कवियों ने अपनी लेखनी में जनमानस की विपरीत परिस्थितियों का सजीव चित्रण ही नहीं किया बल्कि धनाढ्य और रसूखदारों पर करारा प्रहार भी किया और यह प्रश्न अक्षुण्ण रखा कि गरीबी और लाचारी के लिए क्या गरीब स्वयं जिम्मेदार है या फिर वह वर्ग भी जिमीदार है जिसकी वजह से वे गरीब हैं। प्रजातंत्र में राजतंत्र को हावी होते देख कर वह बोलते हैं-

अटका कहाँ स्वराज? बोल दिल्ली !तू क्या कहती है?
तू रानी बन गई, वेदना जनता क्यों सहती है?
सबके भाग दबा रक्खे है किसने अपने कर में?
उतरी थी जो विभा, हुई बंदिनी,बता, किस घर में?

जब आज़ादी की खुमार में देश के माई-बाप खुशी से फूले नहीं समा रहे थे, तब उन्हें इस बात का बिलकुल भी अहसास नहीं था कि आज़ादी सिर्फ किसी ख़ास वर्ग की जागीर नहीं है और इस विसंगति से उत्पन्न रोष और असंतोष में कितने ही लोग दो जून की रोटी की तलाश करने के लिए बाध्य हैं। इसी श्रेणी में सुदामा पांडेय धूमिल आम आदमी की पीड़ा को आम आदमी की भाषा में ही लिखते हैं और शासक वर्ग पर कुशाग्र व्यंग्य भी करते हैं। उनकी कविता में राजनीति पर जबरदस्त आघात है। आजादी के बाद सालों गुजरे पर आम आदमी के जीवन में कोई परिवर्तन नहीं हुआ, अत: सारा देश मोहभंग के दु:ख से पीड़ित हुआ। इन पक्तियों में धूमिल की मूल काव्य संवेदना में से समानता की मांग, आम आदमी का नजरिया, सजग होने का आवाहन, परिवर्तनीयता, शोषित-पीड़ित व्यक्ति का बयान, सामनेवाले व्यक्ति को आंकने की क्षमता, अनुभव से परिपूर्णता है। आम आदमी के सामने धूमिल की कविता जीवन सत्य उघाड़कर रख देती है।

आजकल कोई आदमी जूते की नाप से बाहर नहीं है,
फिर भी मुझे ख़याल यह रहता है,
कि पेशेवर हाथों और फटे जूतों के बीच
कहीं न कहीं एक आदमी है।

धूमिल की वाणी में दम गोंडवी के तेवर ने और ज्यादा तेज़ और धार प्रदान की। हिंदी कविता को आम आदमी के चबूतरे तक ले जाने वाले कवियों में दम गोंडवी का नाम प्रमुखता से लिया जाता है। अदम गोंडवी ने अपने जज़्बातों के इजहार के लिए ग़ज़ल का रास्ता चुना। अदम की कालजयी रचनाएं, बेबाक शैली, सामंतवाद के खिलाफ बगावत की लेखनी तथा शोषितों की आवाज को बुलंद करने का जज्बा जीवन पर्यंत याद आती रहेंगी। अदम जी में जितनी छटपटाहट थी, गरीबी और मुफलिसी के प्रति चिंता थी, जितना जोश था, वह उनके काव्य में भी है। उनकी शायरी, आम आदमी के सुख-दुख की मुखर अभिव्यक्ति है। इसी कारण वे बगावती तेवर भी अपनाते हैं। वास्तव में यह इस देश की जनता ही है जिसने गोरखनाथ, चंडीदास, कबीर, जायसी, तुलसी, घनानंद, सुब्रमण्यम भारती, रबींद्रनाथ टैगोर, निराला, नागार्जुन और त्रिलोचन की रचनाओं को बहुत प्यार से सहेज कर रखा है। वह अपने सुख-दुख में इनकी कविताएं गाती है। अदम गोंडवी भी ऐसे ही कवि थे। उन्होंने कोई महाकाव्य नहीं लिखा, कोई काव्य नायक सृजित नहीं किया बल्कि अपनी ग़ज़लों में इस देश की जनता के दुख-दर्द और उसकी टूटी-फूटी हसरतों को काव्यबद्ध कर उसे वापस कर दिया। आज़ादी के बाद के भारत का जो सामाजिक, सांस्कृतिक और राजनीतिक अनुभव है, वह अदम की कविता में बिना किसी लाग-लपेट के चला आता है। उन्होंने अपने कहन के लिए एक सरल भाषा चुनी, इतनी सरल कि कुछ ही दिनों में उत्तर भारत में किसी भी कवि सम्मेलन की शोभा उनके बिना अधूरी होती। उन्होंने लय, तुक और शब्दों की कारस्तानी से हटकर जनता के जीवन को उसके कच्चे रूप में ही सबके सामने रख दिया। वे जनता के दुख-दर्द को गाने लगे।

आइए, महसूस करिए ज़िंदगी के ताप को
मैं चमारों की गली तक ले चलूंगा आपको
जिस गली में भुखमरी की यातना से ऊब कर
मर गई फुलिया बिचारी इक कुएं में डूब कर

कविता के द्वारा सटीक व्यंग्य करने की ताकत क्या होती है इसका प्रत्यक्ष प्रमाण मिलता है बाबा नागार्जुन की विद्रोह के स्वर में लिपटी कविताओं में। बाबा का व्यंग्य ही उनकी सबसे बड़ी ताकत थी और व्यंग्य आसान नहीं है। कहा जाता है कि बाबा को इस दिशा में महारथ हासिल थी। व्यंग्य का इससे अच्छा स्वरुप क्या होगा कि जब कोई आपसे मिलने आए तो आप मेहमान का स्वागत व्यंग्य से करिए। स्वागत और व्यंग्य पर भी बाबा से सम्बंधित एक प्रसंग जुड़ा है। कहते हैं कि जब आजादी के बाद ब्रिटेन की महारानी अपने भारत के दौरे पर आई तो उनके स्वागत में बाबा ने एक कविता लिखी थी जिसमें उन्होंने तब के प्रधानमंत्री पंडित जवाहर लाल नेहरू पर निशाना साधा था। बाबा ने कहा था कि

रानी आओ हम ढोयेंगे पालकी, यही हुई है राय जवाहर लाल की
रफू करेंगे फटे पुराने जाल की ,आओ रानी हम ढोएंगे पालकी

बाबा नागार्जुन को एक कड़वा कवि माना जा सकता है। बाबा नागार्जुन की कवितों का मूल स्वर जनतांत्रिक है, जिसे उन्होंने लोक संस्कार, मानवीय पीड़ा और करुणा से लगातार सींचा है। वे ऐसे कवि थे जो अपने स्वरों को खेतों-खलिहानों, किसानों–मजदूरों तक ले गए हैं। जिसने उनके दर्द को जिया और उसे कागज पर उकेरा। बाबा अपनी रचनाओं से बार बार हम पर चोट करते दिखे. उन्होंने बार- बार हमारी मरी हुई संवेदना को जगाने का प्रयास किया। आम आदमी को हिंदी कविता में सशक्त पहचान देने में दुष्याणी कुमार का योगदान अविस्मरणीय रहा है। दुष्यंत की ग़ज़लों की मूलत: दो उपलब्धियां रहीं। एक तो यह कि उन्होंने शायरी को मुल्क से जोड़ा और मुल्क की हालिया परिस्थितियों पर शायर की नज़र केंद्रित की। ऐसा नहीं है कि उससे पहले राष्ट्रीय काव्य लिखा ही नहीं गया। दिनकर जैसे राष्ट्र कवि रहे और आजादी के संघर्ष के समय रामप्रसाद बिस्मिल जैसे शायर रहे जो "सरफरोशी की तमन्ना अब हमारे दिल में है" जैसी अमर ग़ज़लें लिख गए। कई देशभक्ति से ओत-प्रोत कवितायें भी लिखी गई। पर दुष्यंत ने इस मुल्क की व्यवस्था के सामने आदमी की बे सी को इतना सशक्त और चुभने वाला स्वर दिया जो उससे पहले नहीं दिया गया और न ही उतनी चीर कर रख देने वाली पंक्तिया कोई उन के बाद दे पाया। देश में गरीबी व्याप्त है, आम आदमी की तस्वीर उन से अच्छी कौन खींच सकता है-

भूख है तो सब्र कर रोटी नहीं तो क्या हुआ,
आजकल दिल्ली में है जेरे बहस ये मुद्दआ
गिड़गिडाने का यहाँ कोई असर होता नहीं
पेट भर कर गालियाँ दो आह भर कर बद-दुआ
इस अंगीठी तक गली से कुछ हवा आने तो दो
जब तलक खिलते नहीं हैं कोयले देंगे धुआँ

आम आदमी की छटपटाहट की बात तब तक पूरी नहीं लगती जब तक कि रामशंकर विद्रोही की कविताओं की बात ना कर ली जाए। विद्रोही खुद को जनता का कवि कहते थे और अंग्रेजीदां जेएनयू कैंपस में ठेठ भाषा में कविताई करते थे। उन्हें जानने वाले बताते हैं कि वे खुद को कबीर की मौखिक परंपरा से जोड़ते थे और कभी उन्होंने कोई प्रयास नहीं किया उनकी कविता कहीं छपे। विद्रोही का दिमाग सिर्फ और सिर्फ कविता के लिए बना था। वे अपनी कविताओं को अपने दिमाग में संग्रह करते थे, ठीक उसी तरह जैसे कालिदास, कबीर, सूर, तुलसी आदि की तमाम कविताएं उन्हें जबानी याद थीं। विद्रोही के

लिए कविता खेती है। उनकी कविता ही उनका "बेटा-बेटी" है। उनके लिए कविता "बापका सूद है, मां की रोटी है।" उनके लिए कविता इंसाफ, मानवता, बराबरी का हथियार है। उन्हें अपनी कविता के "कर्ता" होने का भरोसा है जहां वे कहते हैं, मैं कवि हूं, कर्ता हूं...मैं एक दिन पुलिस और पुरोहित दोनों को एक साथ औरतों की अदालत में तलब करूंगा और बीच की सारी अदालतों को मंसूख कर दूंगा। मैं उन दावों को भी मंसूख कर दूंगा, जो श्रीमानों ने औरतों और बच्चों के खिलाफ पेश किए हैं, मैं उन वसीयतों को खारिज कर दूंगा, जो दुर्बलों ने भुजबलों के नाम की होंगी। विद्रोही के भीतर का कवि यह पहचान गया था कि प्रकृति और मनुष्य के बीच तालमेल बनाने में क्रूर व्यवस्थाएं ही बाधा हैं और वह इन व्यवस्थाओं के प्रति क्रोध से भर गया था। वे चाहते थे कि वे साइमनन्याय के कटघरे में खड़े हों तो प्रकृति औरमनुष्य गवाही दें। वे मोहनजोदड़ो के तालाब की आख़िरी सीढ़ी' पर खड़े होकर बोलते हैं जहां एक औरत की जली हुई लाश पड़ी है और तालाब में इंसानों की हड्डियां बिखरी पड़ी हैं।

समकालीन कविताओं में भी गरीबी, भूखमारी, उपभोगगतावाद जैसी समस्याओं से घिरे हुए आम आदमी को मूल मान कर रचना की गई है और आज भी की जा रही है। समकालीन सभी कवियों ने संस्कृति, स्वतंत्रता, संसद, आस्था, शांति, भाषा, कानून जनतंत्र, त्याग, मनुष्यता, झंडा आदि शब्दों की अर्थवत्ता खो जाने का और इनकी अर्थ विकृति का भंडाफोड़ किया है। "हर ईमान का एक चोर दरवाजा है" और आदमी जीवन के इस नरक में सड़ने को विवश कर दिया गया है। समकालीन सृजन की उपलब्धियों में रघुवीर सहाय, श्रीकान्त वर्मा, धूमिल-मलयज, विजयदेव नारायण साही, सर्वेश्वर, कुँवर नारायण, गिरिजाकुमार माथुर, विनोद कुमार शुक्ल, अशोक वाजपेयी, केदारनाथ सिंह, नागार्जुन, त्रिलोचन, केदारनाथ अग्रवाल, लक्ष्मीकान्त वर्मा – नाम कहाँ तक लें-इन सभी के काव्य सृजन को लिया जा सकता है। यह सृजन अपने समय-समाज का सच्चा साक्ष्य है। रघुवीर सहाय, धूमिल और केदारनाथ सिंह का नया काव्य-मुहावरा पुरानी लीकों से हटकर है। इन सभी का सृजन हिन्दी कविता की एक उपलब्धि है। परम्परागत संस्कारों पर प्रहार करते हुए अकवितावादियों ने भी खुलापन अपनाया। राजकमल चौधरी, सौमित्र मोहन, जगदीश चतुर्वेदी का काव्य न तो पूरी तरह पश्चिम के गिंसवर्ग, नार्मल मेलर आदि बागी लेखकों की नकल है न हमारी वास्तविकता से पलायन। हाँ, इनके संघर्ष का तरीका अलग है। नववामपंथी-जनवादी रचनाकारों की सब कविताएँ "कोरी फार्मूलाह्न नहीं है उनमें समय के घावों का दर्द सच्चा है। हिंदी कविता में आम आदमी की चेतना तब तक ज़िंदा रहेगी जब तक समकालीन कवी रघुवीर सहाय की तरह अपनी कविताओं में इनको इच्छित स्थान देते रहेंगे।

बच्चा गोद में लिए, चलती बस में
चढ़ती स्त्री और मुझमें
कुछ दूर तक घिसटता जाता हुआ।

सलिल सरोज
नई दिल्ली

पारिवारिक परंपराएं निभाएं, कुछ नई भी बनाएं

हर परिवार में कुछ परंपराएं होती हैं जो पीढ़ी दर पीढ़ी निभाई जाती हैं। ये किसी त्योहार के रूप में भी हो सकती हैं और किसी परिवार की विरासत का एक हिस्सा भी। इन परंपराओं में पारिवारिक मूल्यों के साथ-साथ अपनेपन का भाव भी जुड़ा होता है जिससे फैमिली बॉन्डिंग बढ़ती है ।

परिवार की पहचान का जरिया- ये परंपराएं परिवार को एक अलग पहचान भी देती हैं और अवसर विशेष पर अपने बुजुर्गों व अतीत को याद रखने का स्वर्णिम अवसर भी ।असल में पारिवारिक परंपराएं एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी तक किसी परिवार की सांस्कृतिक पहचान, नैतिक मूल्यों और इतिहास आदि के हस्तांतरण का एक जरिया हैं।इनके निर्वाह से नई पीढ़ी अपनी पुरानी पीढ़ी से अनजान नहीं रहती ।

तरह तरह की परंपराएं- ये परंपराएं कुछ भी हो सकती हैं जैसे अवसर विशेष पर परिवार के लोगों का कुलदेवता या कुलदेवी के स्थान पर जाना ,वहां उनकी चौखट पर मत्था टेकना,पूजा- अर्चना और सामूहिक भोज, किसी त्योहार पर खास पारिवारिक विरासत वाला व्यंजन बनाना, समय-समय पर घर के बुजुर्गों को याद करना और उनका सम्मान करना, बच्चे के जन्म के बाद एक नियत समय में अपने पैतृक गांव जाना और गांववासियों से मेल मिलाप के साथ भोजन करना आदि।

निर्वाह का सकारात्मक प्रभाव - पारिवारिक परंपराएं बहुत अहम होती हैं। इनके निर्वाह के बहुत सकारात्मक असर भी होते हैं।

मिलन का अवसर: इनका निर्वाह किसी बड़े परिवार के उन सदस्यों से मिलन का अवसर भी होता है जो आम तौर पर कई महीनों तक एक दूसरे से नहीं मिल पाते ।

विचार विनिमय का अवसर: आपस में हंसने बतियाने , एक दूसरे के सुख-दुख को बांटने, विचारों व अनुभव के विनिमय का भी यह खास अवसर होता है।

जुड़ाव का अवसर: इससे नए बच्चों में परस्पर परिचय होता है और जुड़ाव भी बढ़ता है ।साथ ही नई पीढ़ी को पता चलता है कि वह किस परिवार का हिस्सा है ।उस परिवार की उनके गांव या जन्मभूमि में क्या पहचान है और वे किस तरह एक महत्वपूर्ण विरासत को साझा करते हैं । सफलताएं जानने का अवसर: इस अवसर पर परिवार के सदस्यों की सफलता की कहानियां, उनके मेहनतकश स्वभाव और सामाजिक प्रतिष्ठा को बच्चों के साथ साझा करके उन्हें पॉजिटिव भावना का संचार किया जा सकता है।

नए सपोर्ट सिस्टम का अवसर : परिवार के बहुत सारे लोग एक साथ इकट्ठे होते हैं तो इससे भावनात्मक व सामाजिक सुरक्षा का एहसास तो होता ही है आपके दिमाग में नए बिजनेस या प्रोफेशन संबंधी आईडिया भी आ सकते हैं और दूसरे सदस्यों का प्रत्यक्ष अप्रत्यक्ष सपोर्ट भी मिल सकता है।

न बनाएं टालने के बहाने : कई बार हम व्यावसायिक व्यस्तताओं या अन्य मजबूरियों का हवाला देते हुए इनसे दूर जाने की कोशिश करते हैं । लेकिन यह ठीक नहीं ।इनका निर्वाह न सिर्फ आपका नैतिक, पारिवारिक और सामाजिक दायित्व है बल्कि यह व्यस्त दैनिक रुटीन से एक प्रकार के ब्रेक और बॉन्डिंग का सुनहरा अवसर भी है। इसलिए आप जैसे दूसरे जरूरी कामों के लिए समय निकालते हैं वैसे ही इस अवसर के लिए भी जरा एडजस्टमेंट करें और अवसर निकालें।

खुद भी गढ़ें कुछ ट्रेडीशन - पुरानी सांस्कृतिक परंपराओं के निर्वाह के साथ आप अपनी न्यूक्लियर फैमिली की भी कुछ परंपराएं शुरू करें।इनसे अपने बड़े परिवार की कुछ न्यूक्लियर फैमिली को भी जोड़ें जिनसे आपकी गहरी छनती हो और संपर्क रहता हो। जैसे सालगिरह पर किसी पर्यटन स्थल या तीर्थ स्थल पर जाना, उस दिन शहर के ही किसी रिसोर्ट में दिन भर फन करना और बाहर ही भोजन करना या घर पर सब को बुला कर सबके साथ डिनर या लंच लेना। अपने पैतृक देवता के स्थल पर जाकर सामूहिक भोज का आयोजन भी अच्छा आईडिया है। घर के बच्चों के स्कूल का पहला दिन भी पार्टी करने और मिलने जुलने का ऐसा अवसर हो सकता है ।श्रावण के किसी सोमवार को भगवान शिव के अभिषेक के बाद प्रसाद के रूप में भोजन या गोठ का आयोजन किया जा सकता है। होली के अवसर पर गेट टूगेदर पार्टी का आयोजन किया जा सकता है जहां सब एक दूसरे को चुटकुले कविताएं सुनाएं और फिर शानदार नाश्ता या भोजन हो।

सबको रहेगा इंतजार : ऐसे में साल में एक दो गेट टूगेदर आपकी तरफ से होगी तो आप से जुड़ी दूसरी न्यूक्लियर फैमिली से भी साल में एक बार न्यौता आएगा ।इस तरह आपको रिलैक्स करने, फन करने और पॉजिटिव फील करने के कई अवसर मिलेंगे और अपने परिवार के साथ ये खास दिन याद भी रहने लगेंगे ।आप ही नहीं दूसरे लोग भी साल भर उस खास दिन का इंतजार करेंगे ।

शिखर चंद जैन
(मोटिवेशनल लेखक, स्तंभकार)

स्प्राउट मूंग दाल सब्जी

जब कभी घर में सब्जी न हो तो ट्राय करें स्प्राउट मूंग दाल सब्जी। इसे बनाना है बेहद आसान और साथ ही ये है काफी हेल्दी। रोटी या चावल हर किसी के साथ लगता है लाजवाब।

सामग्री : 1/2 कप अंकुरित मूंग, 1 टीस्पून तेल, 1/2 छोटा चम्मच जीरा, 1/8 चम्मच हींग, 2 हरी मिर्च, 1/4 अदरक, 1 बड़ा टमाटर, 1/4 चम्मच हल्दी, 1/2 स्पून लाल मिर्च पाउडर, 1 बड़ा चम्मच धनिया पाउडर, 1/4 टी स्पून गरम मसाला पाउडर, स्वादानुसार नमक आवश्यकतानुसार निम्बू का रस, पानी 1 कप।

विधि : कुकर में तेल गरम कर उसमें जीरा और हींग डालें। हरी मिर्च और अदरक डालकर भूनेंगे। अब कटे हुए टमाटर, हल्दी पाउडर, लाल मिर्च पाउडर, धनिया पाउडर और नमक छिड़कें। टमाटर को नरम होने तक और तेल छोड़ने तक पकाएं। अब स्प्राउट्स मूंग डालें और 1 कप पानी डालें, कुकर का ढक्कन बंद करें और इसे तेज़ आंच पर पकाएं। एक सीटी आने के बाद आंच धीमी कर दें और इसे 8 से 10 मिनट तक पकाएं।कुकर का प्रेशर खुद निकलने दें। गरम मसाला पाउडर छिड़कें, इसे ठीक से मिलाएं। ताजा धनिया पत्ती से गार्निश करते हुए और नींबू का रस निचोड़ें। सर्व करें।

स्टफ्ड पोटैटो

आलू को स्टफ्ड करके स्नैक्स के तौर पर खाएं। यह एक पार्टी मेन्यू में शामिल एक लज़ीज़ डिश है। यह घर पर बड़ी ही आसानी से बनाई जा सकती है, कैसे बनाएं इसे जानिए यहां।

सामग्री : 4-5 मध्यम आकार के उबले आलू

स्टफिंग की सामग्री : 1 कप कद्दूकस किया पनीर, 1/2 टीस्पून काली मिर्च पाउडर, 1/2 टीस्पून ऑरेगेनो, नमक स्वादानुसार, 1 टेबलस्पून बारीक कटा धनिया

विधि : एक बोल में स्टफिंग की सारी सामग्री लेकर मिलाएं।

आलू को अच्छी तरह डीप फ्राई करें। इसे मोटे स्लाइसेज़ में काटें। बीच में स्टफिंग भरें। चटपटी चटनी के साथ गर्मागर्म सर्व करें।

डीप फ्राई करें : ध्यान रखें कि इसे शैलो या एयर फ्रायर भी किया जा सकता है, लेकिन इसका असली मज़ा आपको डीप फ्राई करके ही आएगा। ऊपर से काली मिर्च पाउडर छिड़कना न भूलें। इसे एयर फ्रायर करें तो 180 डिग्री सेल्सियस पर 20 मिनट तक रोस्ट करें।

स्वादिष्ट पनीर की जलेबी

पनीर पोषक तत्वों से भरपूर हड्डियों के लिए एक सुपरफूड है। जिससे आप कई तरह के डिशेज तैयार कर सकते हैं। तो आज हम बनाने वाले हैं पनीर की जलेबी।

सामग्री : 1 कप पनीर, 1/2 टीस्पून केसर के धागे, 1/4 कप मैदा, 1.5 कप चीनी, आवश्यकतानुसार शुद्ध घी जलेबी तलने के लिए मेवा और चांदी का वर्क सजाने के लिए

विधि : - सबसे पहले थोड़े से पानी में केसर भिगोएं। फिर मैदा में थोड़ा सा पानी मिलाएं और गुठलियां खत्म होने पर इसमें थोड़ा और पानी मिलाकर 4-5 मिनट तक फेंटें। ध्यान रहे घोल इतना गाढ़ा हो कि चम्मच से धार की तरह कड़ाही में गिरा सकें।

- तैयार घोल को ढककर किसी गरम जगह पर 1 घंटे के लिए रख दें। इससे मैदा फूलकर सेट हो जाएगा।

- अब किसी बर्तन में एक कप से थोड़ा ज्यादा पानी लें और उसमें चीनी डालकर एक तार की चाशनी बनाएं।

- चाशनी तैयार होने पर उसमें केसर का पानी मिक्स करें।

- अब जलेबी का बैटर बनाएं।

- इसके लिए थाली में पनीर लें। उसमें 1 टेबलस्पून दूध मिलाएं और हथेली से मसल-मसलकर पनीर को चिकना करें।

- अब एक बर्तन में मसला हुआ पनीर और मैदे का घोल लें और इस मिश्रण को एकसार होने तक फेंटते रहें।

- इसके बाद जलेबी के बैटर को एक कोन में भर लें और कड़ाही में घी गर्म होने रख दें।

- कोन को हाथ से दबाते हुए गर्म घी में गोल-गोल जलेबियां बनाएं और धीमी व मध्यम आंच पर उन्हें दोनों ओर से गोल्डन ब्राउन होने तक तलें।

- फ्राइड जलेबियां निकालकर चाशनी में डालें। लगभग 2 मिनट तक चाशनी से जलेबियां निकालकर प्लेट में रखें।

- मेवा और चांदी के वर्क से सजाकर सर्व करें।

पनीर सोया रोलअप

50 ग्राम पनीर स्लाइसेज़, 100 ग्राम खोया, 100 ग्राम मटर, 2-3 हरी मिर्च, 1/2 कप प्याज का पेस्ट, 3/4 कप बारीक कटा हुआ प्याज, 1/2 कप टमाटर प्यूरी, 1/4 टीस्पून कसूरी मेथी, 1/2 टीस्पून धनिया पाउडर, 1/4 टीस्पून जीरा पाउडर, 1/2 टीस्पून गरम मसाला,

सामग्री : 150 ग्राम पनीर स्लाइसेज़, 100 ग्राम खोया, 100 ग्राम मटर, 2-3 हरी मिर्च, 1/2 कप प्याज का पेस्ट, 3/4 कप बारीक कटा हुआ प्याज, 1/2 कप टमाटर प्यूरी, 1/4 टीस्पून कसूरी मेथी, 1/2 टीस्पून धनिया पाउडर, 1/4 टीस्पून जीरा पाउडर, 1/2 टीस्पून गरम मसाला, 1-1 टीस्पून अदरक-लहुसन पेस्ट, 1 इंच दालचीनी, 2 हरी इलायची, 2 लौंग, 1/8 टीस्पून जीरा, 2-4 टेबलस्पून फ्रेश क्रीम, 10 काजू, नमक स्वादानुसार, ज़रूरत भर ऑयल या बटर।

विधि :1. खोया को पनीर स्लाइसेज़ में भरकर रोल करें, पैन में हलका ऑयल या बटर डालकर 2-3 मिनट सेंककर अलग रख दें।

2. मखनी ग्रेवी बनाने के लिए फ्राइंग पैन में ऑयल गर्म करने के बाद दालचीनी, इलायची, लौंग, जीरा चटकाएं। अब प्याज के पेस्ट को डालकर भूनें। इसमें अदरक-लहसुन पेस्ट और नमक डालकर एक बार फिर भूनें।

3. अब कसूरी मेथी, गरम मसाला, धनिया और जीरा पाउडर डालकर मिक्स करें।

4. काजू पेस्ट डालकर आधा कप पानी डालें। ग्रेवी गाढ़ी होना शुरू हो जाएगी।

5. ऊपर से पीसकर नट्स और क्रीम डालें। अब ग्रेवी को ठंडा होने दें।

6. उबले हुए मटर के दानों को हलका ब्लेंड करने के बाद जीरे का तड़का लगाकर रिंग में मटर को सेट कर बेस बनाएं। अब ऊपर से पनीर के रोल्स को सेट कर मखनी ग्रेवी के साथ सर्व करें।

प्रस्तुति : श्रीमती शकुंतला धनराज मिश्रा

क्योंकि सास भी कभी बहू थी के २१ साल पूरे

एकता कपूर के टीवी सीरियल क्योंकि सास भी कभी बहू थी को २१ साल पूरे हो गए हैं। इस शो में तुलसी वीरानी का किरदार निभाकर स्मृति ईरानी ने घर-घर में पहचान बनाई थीं। हालांकि अब स्मृति ईरानी मनोरंजन जगत से दूर राजनीति में पहचान बना रही हैं। इस शो के २१ साल पूरे होने पर स्मृति ईरानी ने कहा कि लंबे समय तक चलने वाला यह धारावाहिक न सिर्फ दर्शकों के लिए बल्कि इसमें काम करने वाले सभी लोगों के लिए जीवन में बदलाव लाने वाला अनुभव रहा है।

अभिनेत्री से नेत्री बनीं स्मृति ईरानी के लिए यह धारावाहिक बदलाव लाने वाला साबित हुआ। हालांकि धारावाहिक से पहले वह कई म्युजिक वीडियो और टीवी कार्यक्रम में नजर आ चुकी थीं। स्मृति ईरानी ने इंस्टाग्राम पर एक वीडियो पोस्ट कर इस मौके को याद किया।

उन्होंने लिखा, हमने वादा किया था कि हम फिर मिलेंगे, जिसे कभी पूरा नहीं कर सके। २१ साल पहले एक यात्रा शुरू की थी जिसने कई लोगों का जीवन बदल दिया। कुछ के जीवन में खुशी आई तो कुछ नाखुश हुए लेकिन जिसने भी देखा जिसने भी इसके लिए काम किया, इसका असर सब पर पड़ा। इन यादों के लिए शुक्रिया। शोभा कपूर और एकता कपूर के बालाजी टेलीफिल्म्स द्वारा निर्मित इस धारावाहिक का प्रसारण ३ जुलाई २००० को शुरू हुआ था जो करीब आठ साल चला।

राम कपूर से जूही परमार तक इंडस्ट्री में काम करते हुए २० साल

छोटा पर्दे कहने को छोटा है लेकिन हमेशा से दर्शकों के दिल के करीब रहा है। टीवी पर प्रसारित होने वाले सीरियल कोघंटोंतक देखकर दर्शक अपना दिल बहलाया करते हैं, लेकिन उसी समय में दर्शक उनकी दुनिया मे रम जाते हैं। पहले जब ओटीटी और फोन पर सीरियल देखने की सुविधाएं नहीं थीं तो टीवी पर आने वाले सीरियल ही हमारे लिए सब कुछ होते थे। इन सीरियल को देखने के लिए लोग सारे काम धाम छोड़कर बैठ जाते थे। माएं तो ब्रेक के बीच में ही सब्जियां बना लेती थीं और सीरियल खत्म होते होते पूरा खाना भी तैयार हो जाता था।

ऐसे ना जाने कितने ही सीरियलों को देखते देखते एक पीढ़ी बड़ी हो गई। वहीं कुछ कलाकारों को देखकर इस बात का यकीन करना ही मुश्किल हो जाता है कि वो २० साल से टीवी इंडस्ट्री में हैं। उन्हें देखकर ऐसा महसूस होता है जैसे ये कल ही कि बात है। हालांकि टीवी पर दिखने वाले आपके बहुत से पसंदीदा कलाकारों को इंडस्ट्री में २० साल से ऊपर का वक्त हो चुका है। तो चलिए आज आपको फिर ले चलते हैं यादों की उन गलियों में और बताते हैं उन सितारों के बारे में जिन्होंने इंडस्ट्री में २० साल पहले कदम रखा था।

घर की पूंजी बेचने को मजबूर हुईं अभिनेत्री शगुफ्ता

कोरोना जैसी महामारी ने हर किसी के जीवन को बुरी तरह प्रभावित किया। बढ़ती महामारी को देखते हुए सरकार को पूरे देश में बीते साल २२ मार्च को लॉकडाउन करने का निर्णय लेना पड़ा। इस बीच सभी क्षेत्र में काम बंद पड़ गए। इसका गहरा असर टेलीविजन और बॉलीवुड जगत में भी देखने को मिला। जहां कोरोना के चलते शूटिंग रोक दी गईं। हालांकि बाद में धीरे-धीरे शूटिंग शुरू भी हुईं, लेकिन सभी की सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए सेट पर सिर्फ मुख्य कलाकारों और कुछ ही क्रू को शूटिंग करने की अनुमति मिली। कोरोना में कई टेलीविजन सितारे भी बेरोजगार हो गए और अपना घर चलाने के लिए उन्हें अपनी जमा-पूंजी बेचनी पड़ी। कई फिल्मों और टेलीविजन शोज का हिस्सा रही शगुफ्ता अली का हाल भी कोरोना में खराब हो गया है।

३६ सालों से फिल्म और टेलीविजन जगत में सक्रिय रहीं शगुफ्ता ने कई बड़े कलाकारों के साथ काम किया। उन्होंने २० से अधिक टेलीविजन शोज किए, जिसमें बेपनाह और एकवीर की अरदास वीरा जैसे शो शामिल हैं।

अपनी दिलकश अदाओं से बबीता जी ने जीता सबका दिल

सीरियल तारक मेहता का उल्टा चश्मा टेलीविजन के सबसे लोकप्रिय शोजमें से एक हैं। हर बीतते साल के साथ ये शो और भी अधिक मनोरंजक होता जा रहा है। इस शो के देश से लेकर विदेशों तक में प्रशंसक है। लोग सिर्फ इस शो की कहानी को पसंद नहीं करते बल्कि शो का हर किरदार भी लोगों के दिलों में समाया हुआ है। शो का हर ऑन-स्क्रीन किरदार लोगों को इतना अधिक पसंद है कि वो असल जिंदगी में भी उन्हें उसी नाम से बुलाते हैं। दिलीप जोशी, दिशा वकानी, बबीता जी, भिड़े हर किरदार खुद में एक मिसाल है। वैसे तो अक्सर दया और जेठालाल लोगों का ध्यान अपनी तरफ खींचते हैं, लेकिन इस बार प्रशंसकों का ध्यान इन दोनों ने नहीं बल्कि बबीता जी उर्फ मुनमुन दत्ता ने अपनी तरफ खींचा है। तारक मेहता का उल्टा चश्मा में अपने शानदार अभिनय के साथ-साथ अपनी खूबसूरती के लिए भी मशहूर 'बबीताजी' हमेशा सुर्खियों में बनी रहती हैं।

संजय गगनानी को उनके फैंस बुलाते हैं विलेनीरो

जी टीवी के शो 'कुंडली भाग्य' ने शुरुआत से ही दर्शकों को कई दिलचस्प मोड़ दिखाए हैं। इस शो में करण (धीरज धूपर) और प्रीता (श्रद्धा आर्य) की जिंदगी में चल रहा ड्रामा यकीनन दर्शकों में उत्सुकता जगा रहा है, खासतौर से करण के जेल से भागने के बाद इस शो में अनेक मोड़ देखने को मिल रहे हैं। असल में प्रीता को अब अपराधी की तलाश पहले से कहीं ज्यादा है और उसे पक्का यकीन है कि शर्लिन (रूही चतुर्वेदी) का अक्षय के कत्ल से कुछ संबंध है, जबकि शर्लिन हमेशा इससे इनकार करती रही हैं। इस बीच पृथ्वी (संजय गगनानी) ड्रामा को औरभड़का रहे हैं और वर्तमान स्थितियों को लेकर काफी संतुष्ट हैं। पृथ्वी शर्लिन की मदद करने से भी इंकार कर देते हैं। जहां पृथ्वी वाकई खुश हैं, वहीं इस रोल के पीछे छिपे एक्टर यानी संजय गगनानी ने जब से "कुंडली भाग्य" में वापसी की है, तब से वो अपने रोल से काफी खुश हैं। संजय खुद को खुशकिस्मत मानते हैं कि उन्हें ऐसी टीम मिली, जिसने उनके रोल को बखूबी गढ़ा और इसे दर्शकों का बहुत प्यार मिला।

गोविंदा संग रवीना एक बार फिर धमाल मचाने की तैयारी में

बॉलीवुड एक्टर गोविंदा और रवीना टंडन ९० के दशक की सबसे पसंदीदा जोड़ी थी। दोनों ने कई फिल्मों में साथ काम किया है। अब एक बार फिर गोविंदा और रवीना टंडन साथ नजर आने वाले हैं। रवीना टंडन ने सोशल मीडिया पर गोविंदा संग कुछ तस्वीरें शेयर की है। तस्वीर शेयर करते हुए रवीना ने लिखा, द ग्रैंड रियूनियन हम दोनों साथ आए हैं स्क्रीन पर वापस आने के लिए। क्या, कहां, कब, सब जल्द पता चल जाएगा। किसी डिस्को में जाएं।

रवीना टंडन की इस पोस्ट को फैंस खूब पसंद कर रहे हैं। फैंस दोनों को एक बार फिर साथ देखने के लिए बेसब्री से इंतजार करने लगे हैं। गोविंदा और रवीना टंडन ने दूल्हे राजा, आंटी नंबर १, अखियों से गोली मारे, वाह तेरा क्या कहना' जैसी कई हिट फिल्मों में साथ काम किया है।

विद्या बालन के नाम पर रखा गया सैन्य फायरिंग रेंज का नाम

बॉलीवुड एक्ट्रेस विद्या बालन इन दिनों अपनी फिल्म शेरनी को लेकर सुर्खियों में बनी हुई हैं। यह फिल्म हाल ही में रिलीज हुई है, जिसे दर्शकों का अच्छा रिस्पॉन्स मिल रहा है। इसके अलावा विद्या को हाल ही में अकेडमी ऑफ मोशन पिक्चर्स एंड आर्ट्स की तरफ से जारी की गई सूची में शामिल हुई हैं। अब विद्या बालन ने अपने नाम एक और उपलब्धि हासिल कर ली है। गुलमर्ग, कश्मीर में एक सैन्य फायरिंग रेंज का नाम एक्ट्रेस के नाम पर रखा गया है। जिसे अब विद्या बालन फायरिंग रेंज के नाम से जाना जाएगा। पहले इस रेंज का कोई नाम नहीं था। विद्या बालन ने इस साल की शुरुआत में कश्मीर में भारतीय सेना द्वारा आयोजित गुलमर्ग विंटर फेस्टिवल में भाग लिया था। विद्या बालन की विभिन्न उपलब्धियों का सम्मान करते हुए, भारतीय सेना ने इस सैन्य फायरिंग रेंज को "विद्या बालन फायरिंग रेंज" नाम दिया।

राजपाल यादव ने बदला अपना नाम

राजपाल यादव ने अपने फिल्मी करियर में कई भुमिका निभाई हैं। करियर के शुरूआती दौर में राजपाल को दूरदर्शन के सीरियल "मुंगेरी के भाई नौरंगी लाल" से पहचान मिली थी। फिल्मों में राजपाल को राम गोपाल वर्मा की फिल्म जंगल से पॉपुलैरिटी मिली थी।

राजपाल यादव ने फिल्मों में अपनी कॉमेडी से अलग ही पहचान बनाई है। उन्होंने भूल भुलैया में छोटा पंडित, पार्टनर में छोटा डॉन और वक्त: द रेस अगेंस्ट टाइम में जिज्ञासु लक्ष्मण जैसे कई हिट और यादगार किरदार निभाए हैं। वही अपने सफल करियर के २२ साल बाद राजपाल यादव ने अपना नाम बदल लिया है।

राजपाल यादव ने अपने नाम में पिता का नाम भी शामिल किया है। राजपाल यादव अब राजपाल नौरंग यादव के नाम से जाने जाएंगे। फिल्मों में क्रेडिट में अब उनका यह नाम दिखाई देगा। वह जल्द ही "हंगामा २" में नजर आने वाले हैं। राजपाल जल्द ही दो फीचर फिल्मों "फादर ऑन सेल" और 'क्रेजी किंग" और एक वेब सीरीज द कोड इन हंगरी की शूटिंग शुरू करने वाले हैं। तीनों की शूटिंग विदेशों में होगी।

"बाहुबली" में प्रभास की आवाज बने शरद

टीवी इंडस्ट्री के बाद शरद केलकर ने बॉलीवुड और ओटीटी प्लेटफॉर्म पर भी खूब नाम कमाया है। शरद केलकर हाल ही में वेब सीरीज "द फैमिली मैन २" में नजर आए हैं। एक्टिंग के साथ-साथ शरद केलकर इस फिल्मों में डबिंग भी कर चुके हैं। फिल्म 'बाहुबली" में प्रभास के लिए वॉयस ओवर शरद ने ही किया है।

लेकिन क्या आप जानते हैं कि फिल्मों में कई हीरो की आवाज बन चुके शरद केलकर को बचपन में हकलाने की समस्या थी। इस बात का खुलासा शरद ने एक इंटरव्यू के दौरान किया है। उन्होंने बताया कि बचपन की उस समस्या के कारण उन्हें काफी परेशानी झेलनी पड़ी थी। लोग उन्हें बुली किया करते थे।

शरद केलकर ने कहा, मुझे हकलाने की समस्या थी। बचपन में इस कारण मुझे बुरी तरह से बुली किया जाता था, लेकिन अब मुझे देखो, मैं अब उस प्रोफेशन में हूं, जहां पर मेरी स्पीच स्किल का इस्तेमाल होता है।

अपनी इस समय का जिक्र शरद केलकर पहले भी कर चुके हैं। उन्होंने बताया था कि अपनी हकलाने की समस्या के कारण उन्होंने कभी भी एक्टिंग के बारे में विचार नहीं किया था। शरद ने कहा, बहुत सारे रिजेक्शन फेस किए। मैं हकलाता था, इसलिए एक्टिंग मेरे लिए दूर की बात थी।

सत्यनारायण की कथा पर मचा बवाल

बॉलीवुड एक्टर कार्तिक आर्यन की फिल्म सत्यनारायण की कथा शुरू होने से पहले ही विवादों में उलझ गई है। बीते दिन भोपाल में हिंदू संगठन संस्कृति बचाओ मंच ने फिल्म के टाइटल का विरोध करते हुए चेतावनी दी है कि साजिद नाडियावाला अगर भोपाल या मध्य प्रदेश में आएंगे तो उनका मुंह काला किया जाएगा। मंच के प्रदेश अध्यक्ष चंद्रशेखर तिवारी ने कहा कि पिछले कुछ सालों से विधर्मी लोग देवी देवताओं को फिल्मों के माध्यम से अपमानित करने का प्रयास कर रहे हैं। इस प्रकार की फिल्मों का निर्माण करके हिंदू जन भावनाओं को ठेस पहुंचाने का जो प्रयास किया जा रहा है उसे बर्दाश्त नहीं किया जाएगा।

यू टर्न में नजर आएंगी अलाया एफ

एकता कपूर साउथ की हिटफिल्म "यू टर्न" का हिन्दी रीमेक बनाने जा रही हैं। इस फिल्म का निर्देशन आरिफ खान करेंगे। इस फिल्म में "जवानी जानेमन" से बॉलीवुड डेब्यू करने वाली एक्ट्रेस अलाया एफ मुख्य भुमिका ने नजर आएंगी। इस फिल्म का टीजर रिलीज हो गया है। अलाया एफ ने अपने सोशल मीडिया अकाउंट पर फिल्म का टीजर शेयर किया है। टीजर शेयर करते हुए अलाया ने लिखा, कई बार जिंदगी में शॉर्टकट लेना ही आगे बढ़ने का एकमात्र तरीका नहीं होता है। अपने सफर का रास्ता बदलने से पहले दो बार सोचें और एक यू-टर्न लें।

क्विज शो "द बिग पिक्चर" में रणवीर सिंह

फिल्मों में अपनी एक्टिंग का लोहा मनवाने वाले रणवीर सिंह अब छोटे पर्दे पर डेब्यू करने जा रहे हैं। रणवीर सिंह कलर्स चैनल के क्विज शो द बिग पिक्चर को होस्ट करते नजर आएंगे। इस शो का प्रोमो वीडियो सामने आ चुका है। शो का प्रोमो रणवीर सिंह ने अपने सोशल मीडिया अकाउंट पर शेयर किया है। वीडियो में रणवीर सिंह फिल्मों में निभाए अपने अलग-अलग किरदारों के बारें में बताते नजर आ रहे हैं। इसके बाद वह इस शो के फॉर्मेट के बारे में बताते हैं। खबरों के अनुसार रणवीर सिंह ने अपने टीवी डेब्यू के बारे में कहा, एक कलाकार के रूप में मेरी जर्नी में प्रयोग करने और एक्सप्लोर करने की ललक हर समय रही है। बॉलीवुड ने मुझे सब दिया और ये मेरे लिए एक एक्टर के रूप में अपने टैलेंट को एक्सप्लोट करने का सबसे अच्छा मौका है। मुझे भारत के लोगों से अपार प्यार मिला है और उम्मीद है आगे भी मिलेगा। वर्क फ्रंट की बात करें तो रणवीर सिंह की फिल्म ८३ रिलीज होने का इंतजार कर रही है। इस फिल्म में वह पूर्व भारतीय क्रिकेटर कपिल देव के किरदार में नजर आने वाले हैं। इसके अलावा उनके पास जयेशभाई जोरदार और सर्कस जैसी फिल्में भी है।

दीपिका पादुकोण ने शुरू की "पठान" की शूटिंग, वायरल हो रही तस्वीरें!

कोरोना का प्रकोप कम होने के बाद फिल्म इंडस्ट्री भी धीरे-धीरे रफ्तार पकड़ने लगी है। कई फिल्मों की शूटिंग दोबारा शुरू हो गई है। वहीं अब खबर आ रही है कि दीपिका पादुकोण भी शूटिंग सेट पर पहुंच गई हैं। उन्होंने फिल्म पठान की शूटिंग के लिए शाहरुख खान को ज्वॉइन कर लिया है। बीते दिन दीपिका पादुकोण को यशराज स्टूडियो में देखा गया है। एक्ट्रेस की कुछ तस्वीरें सोशल मीडिया पर वायरल हो रही हैं। बताया जा रहा है कि दीपिका शाहरुख के साथ १५-२० दिन तक शूटिंग करेंगी। इस फिल्म की शूटिंग अप्रैल और मई के महीनों में पहले यूरोप में होने वाली थी लेकिन कोरोना के कारण इसे स्थगित कर दिया गया। खबरों के अनुसार भारत में लगे लॉकडाउन में शाहरुख ने दुबई जाकर फिल्म के कई हिस्से शूटिंग की थी। अब फिल्म के बचे हुए हिस्से यशराज स्टूडियो में शूट किया जा रहा है। इस फिल्म में शाहरुख खान और दीपिका पादुकोण के साथ जॉन अब्राहम भी नजर आने वाले हैं। वह फिल्म में विलेन काकिरदार निभाएंगे। पठान में शाहरुख खान एक एजेंट का किरदार निभाएंगे। वहीं फिल्म में दीपिका खुफिया एजेंट की भूमिका निभा रही हैं। फिल्म "पठान" के निर्देशक सिद्धार्थ आनंद हैं, वहीं फिल्म के प्रोडक्शन का जिम्मा यशराज बैनर पर है। खबर है कि इस फिल्म में सलमान खान भी कैमियो करते नजर आएंगे। बताया जा रहा है कि सलमान अपने टाइगर वाले किरदार को ही पठान में पेश करेंगे।

विद्या बालन, एकता कपूर और शोभा कपूर को मिला ऑस्कर से न्यौता

एकेडमी ऑफ मोशन पिक्चर आर्ट्स एंड साइंसेज ने नए सदस्यों की लिस्ट जारी कर दी है। इस लिस्ट में उन कलाकारों को शामिल किया गया है जिन्हें प्रतिष्ठित फिल्म एकेडमी में शामिल होने के लिए आमंत्रित किया गया है। बॉलीवुड एक्ट्रेस विद्या बालन, प्रोड्यूसर एकता कपूर और उनकी माँ शोभा कपूर को भी ऑस्कर की तरफ से न्योता मिला है। विद्या, एकता और शोभा अकादमी अवॉर्ड की क्लास २०२१ का हिस्सा बनने जा रही हैं। तीनों ऑस्कर में वोटिंग कर सकेंगी। ऑस्कर के लिए फिल्मों की वोटिंग करने के लिए तैयार की गई २०२१ की इस क्लास में ४६ पर्सेंट महिलाएं, ३९ पर्सेंट अंडर रिप्रेजेंटेड समूहों और ५३ पर्सेंट दुनियाभर के ५० देशों से शामिल किए गए। इस लिस्ट में कई पॉपुलर पर्सनैलिटीज का नाम है जैसे आंद्रा डे, वैनेसा किर्बी, रॉबर्ट पैटिनसन और युह-जंग यून शामि हैं। अकादमी के नए सदस्यों की सूची में पहले से ऑस्कर नामांकित ८९ नाम शामिल हैं, जिनमें से २५ ऑस्कर विजेता हैं।

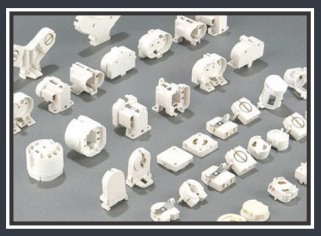
धाकड़ की शूटिंग के लिए कंगना रनौत बुडापेस्ट पहुंची

बॉलिवुड ऐक्ट्रेस कंगना रनौत सोशल मीडिया पर अक्सर अपनी पोस्ट को लेकर सुर्खियां बटोरती हैं। कंगना रनौत अपनी आने वाली फिल्म "धाकड़" की शूटिंग के लिए बुडापेस्ट पहुंच चुकी हैं। अब उन्होंने वहां से अपनी कई खूबसूरत तस्वीरें शेयर की हैं। कंगना रनौत ने अपनी इंस्टा स्टोरी पर कई फोटोज शेयर किए हैं। कंगना रनौत बुडापेस्ट की सड़कों पर घूमती नजर आ रही हैं। फोटो में कंगना ने फ्लोरल प्रिंट ड्रेस में नजर आ रही हैं। फोटो में कंगना का लुक देखने लायक है। फैन्स उनकी तारीफ करते नहीं थक रहे हैं। ऐक्ट्रेस अपने "धाकड़" शेड्यूल की तैयारी में व्यस्त हैं। कंगना ने अर्जुन रामपाल के साथ भी एक फोटो शेयर की हैं। जिसमें वह मुस्कुराते हुए पोज देते नजर आ रहे हैं। इस फोटो को इंस्टा स्टोरी पर शेयर करते हुए कंगना ने अर्जुन रामपाल ने टैग करते हुए लिखा, "ये बुडापेस्ट का एक एक्शन स्टेशन है।" "धाकड़" के अलावा कंगना "थलाइवी" में भी नजर आएंगी। इस फिल्म में कंगना, जयललिता की भूमिका निभा रही हैं। फिल्म की रिलीज डेट की घोषणा अभी नहीं की गई है। साथ ही वह फिल्म तेजस में एक आईएएफ पायलट की भूमिका भी निभाएंगी।

Electroplast India Pvt. Ltd.

- "Electroplast India" is a manufacturing industry located in Daman (around 170 kms from Mumbai)
- Electroplast India is an **IMS certified company** & is certified for :-
  - ISO 9001: 2015 (Quality standard)
  - ISO 14001 : 2015 (Environmental standard) &
  - OHSAS 18001 : 2007 (Employee Health & Safety standard)

- Electroplast India has 3 units located at below locations :-
  - Dabhel, Daman
  - Kachigam, Daman
  - Vapi, Gujarat (engaged into manufacturing of packaging / mono-boxes)

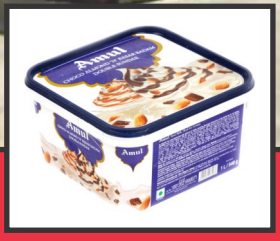


- We have below machines installed for injection & compression moulding including IML (In-mould label) set up for Ice-cream containers.
  - 36 nos Injection molding machines of various capacities ranging from 25T to 280T & a vast experience of polymer processing including engineering & non-engineering polymers.
  - Installed 9 nos Thermoset compression molding machines of 100 , 150T & 300T

- Installed capacity for Fabrication – Sheet metal & Deep draw works.
- Installed Auto conveyor powder coating plant with 2 side spray booth, 14 tank Pre-treatment process & ETP set up with all pollution approvals.
- Motorized assembly lines for product assembly & packaging with shrink wrapping machines.
- Our sister concern Electropack, Vapi has been manufacturing mono-box, outer cartoons in Duplex / Kraft paper for various products including light fittings etc.
- We have been associated with OEM's supply for catering to their product requirement for past 20 yrs with prime focus on Quality & timely product delivery.
- Time & again, we have been recognized by our customers for prompt delivery & quality of material supplied from our side.
- Our major customers for supply of plastic components are L&T (Electrical & Swtich gear), Amul India Dairies located in Maharashtra / Gujarat, Zobele India, Philips India etc.

Electroplast

Electropack
A Division of Electroplast India Pvt. Ltd.



Address:
Electroplast India Pvt. Ltd.
Plot No. 251/1,3,4,&5, Opp. Dabhel Cricket Ground, Dabhel, Daman (UT)- 396210

Contact Person Details

Daman
Contact No. : 8007863074/ 9426160798

Mumbai
Contact No. : 9702615551 / 9594384385

Email : kar@electroplastindia.com

With Best Compliments From

DR. (VAIDYA) ARUN V. SHASTRI

B.E.M.S., D.N.Y.S., A.V.V.R., G.E.M.P. (N.D.)

Ayurvedic Treatment & Consulting Centre

Timing : 11.00 A.m. To 2.30 P.m. (Wednesday Closed)
Visiting Hour (By Appointment Only)

Apsara Bldg. Roshan Nagar, Chandswarkar Cross Lane,
Near Om Shanti Chowk & Next To Bunty Juice Centre,
Borivali (West), Mumbai - 400 092.

Contact.: 9870033089 | **Email ID.:** arunshastri16@gmail.com